

# Kunta-alantyöntekijöiden yksilötason kokemukset eläköitymisestä ja kolmannesta iästä

Anu Vilhelmiina Lehto

Helsingin yliopisto

Valtiotieteellinen tiedekunta

Yhteiskuntapolitiikka

Pro gradu -tutkielma

Elokuu 2019

Tiedekunta/Osasto Fakultet/Sektion – Faculty Valtiotieteellinen tiedekunta		Laitos/Institution– Department Sosiaalitieteiden laitos
Tekijä/Författare – Author Anu Vilhelmiina Lehto		
Työn nimi / Arbetets titel – Title Kunta-alantyöntekijöiden yksilötason kokemukset eläköitymisestä ja kolmannesta iästä		
Oppiaine /Läroämne – Subject Yhteiskuntapolitiikka		
Työn laji/Arbetets art – Level Pro gradu -tutkielma	Aika/Datum – Month and year 08/2019	Sivumäärä/ Sidoantal – Number of pages 137+16
<p>Tiivistelmä/Referat – Abstract</p> <p>Eläköityminen on ollut viime vuosina paljon esillä väestön vanhenemisen ja siitä johtuvien yhteiskunnallisten ja taloudellisten muutosten sekä haasteiden vuoksi. Eläköityminen, eli täysipäiväisestä työstä iän vuoksi syrjään vetäytyminen ja eläkkeen saaminen palkan sijasta, on kuitenkin paljon muutakin kuin väestötieteellinen asia ja taloudellinen epäkohta. Eläköitymistä ja siitä avautuvaa uutta elämänvaihetta, kolmatta ikää, tulee tarkastella myös yksilöiden näkökulmasta ja eläköityvien henkilökohtaisten ajatusten sekä kokemusten kautta. Tämä näkökulma on kuitenkin saanut tutkimuksissa vähemmän painoarvoa ja tätä aukkoa tutkielma pyrkii täydentämään.</p> <p>Eläköityminen nähdään yksilötasolla pitkäaikaiseksi ja monimuotoiseksi prosessiksi, jota voidaan selittää erilaisten teorioiden, kuten rooliteorian, jatkuvuuden teorian ja elämänkulkuteorian kautta. Myös eläköitymisestä avautuva kolmas ikä on yksilötasolla monimuotoinen elämänvaihe, joka ei näyttydy kaikille samalla tavoin, eivätkä kaikki koe sitä samalla tavalla. Kolmannessa iässä eläköityneet kuitenkin pyrkivät tyydyttävän elämänvaiheen ylläpitämiseen ja rakentamiseen, ja samalla eläköitymiseen sopeutuminen tai sopeutumattomuus heijastuu kolmatta ikää elävien hyvinvointiin ja tyytyväisyyteen. Kaikilla ei kuitenkaan ole näiden pyrkimysten saavuttamiseksi käytössä samanlaiset resurssit tai lähtökohdat ja näin ollen erilaiset asiat sekä tekijät vaikuttavat uuteen elämänvaiheeseen ja siihen liittyviin ajatuksiin sekä kokemuksiin.</p> <p>Tutkielma tarkastelee eläköitymistä ja kolmatta ikää edellä kuvatussa yksilönäkökulmasta. Päättökysymykseni ovat 1) "Millaisia seurauksia eläköitymisellä on eläköitymisen jälkeiseen elämänvaiheeseen ja millainen kuva eläköitymisestä ja kolmannesta iästä yksilötasolla muodostuu kunta-alantyöntekijöiden omien kokemusten ja näkemysten kautta?" ja 2) "Minkälaisia eroja tai yhtäläisyyksiä eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa ja sitä kautta oletetussa kolmannessa iässä on, kun niitä tarkastellaan sukupuolen ja sosioekonomisen aseman mukaan?". Tutkimuskysymyksiini vastaan käyttämäni kvalitatiivisen aineiston avulla, joka on osa Finnish Retirement and Aging (FIREA) - tutkimushanketta. Aineisto koostuu yhteensä 254 henkilön avokysymysten avovastauksista, joissa ihmiset kertovat vapaasti ennen eläköitymistä eläköitymiseen liittyvistä peloista ja odotuksista, sekä eläköitymisen jälkeen eläköitymiseen liittyvistä myönteisistä ja kielteisistä asioista sekä kokemuksista. Aineiston analysointiin sovelsin kvalitatiivisen tutkimuksen sisällönanalyysimenetelmää, joka soveltuu tutkielman menetelmäksi sekä tutkittavan ilmiön että aineiston perusteella.</p> <p>Tutkielma vastaa tutkimuskysymyksiin monipuolisesti ja tuottaa kunta-alantyöntekijöiden sekä suurten ikäluokkien jälkeen syntyneiden merkittävien ikäryhmien näkökulmasta tärkeää tietoa eläköitymisestä ja kolmannesta iästä. Tulosten perusteella ja teorioihin nojaten eläköityminen sekä kolmas ikä ovat pääsääntöisesti odotettuja ja myönteisiä elämäntapahtumia ja elämänvaiheita. Silti eläköityminen tai kolmas ikä eivät ole kaikille samanlainen prosessi tai elämänvaihe, vaan niissä on havaittavissa yksilökohtaisia eroja ja vaihtelevuutta. Elämänvaiheeseen liittyy myös erilaisia pelkoja ja kielteisiä kokemuksia. Vaikka eläköitymisessä ja kolmannessa iässä on havaittavissa paljon vaihtelevuutta, silti niissä on myös eläköityviä ja kolmatta ikää eläviä yhdistäviä tekijöitä ja asioita. Näin ollen kaikessa monimuotoisuudessaan eläköitymisestä voidaan nähdä aukeavan uusi elämänvaihe, kolmas ikä, joka erottuu työn leimaavasta toisesta iästä ja varsinaisen vanhuuden leimaavasta neljännestä iästä. Lisäksi eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa on havaittavissa eroja sukupuolten välillä ja sosioekonomisten ryhmien välillä. Silti läheskään aina ei ole selvää, kuinka paljon erot johtuvat kyseisistä tekijöistä tai ominaisuuksista ja kuinka paljon muista tekijöistä.</p>		
<p>Avainsanat – Nyckelord – Keywords Eläköityminen, Kolmasikä, Kokemukset, Eläköitymisprosessi, Sopeutuminen, Finnish Retirement and Aging study</p>		

## Sisällysluettelo:

<b>1 Johdanto .....</b>	<b>1</b>
<b>2 Eläköityminen monimuotoisena ilmiönä ja prosessina .....</b>	<b>5</b>
2.1 Eläköityminen pitkäkestoisena prosessina.....	8
2.1.1 Rooliteoria.....	10
2.1.2 Jatkuvuuden teoria .....	11
2.1.3 Elämänkulkuteoria .....	13
<b>3 Eläköitymisestä avautuva kolmas ikä .....</b>	<b>14</b>
3.1 Kolmas ikä elämänvaiheena.....	15
3.2 Kolmannen iän mahdollistuminen osana elämänkulkua.....	17
<b>4 Eläköitymisestä kolmanteen ikään .....</b>	<b>21</b>
4.1 Hyvinvoinnin teoriaa .....	23
4.2 Elämäntapa, elämäntyyli ja habitus .....	26
4.3 Hyvinvointi ja elämäntyyli eläköitymisen sopeutumisprosessissa .....	29
4.4 Sosioekonominen asema ja sukupuoli osana eläköitymistä.....	32
<b>5 Tutkimuksen toteutus .....</b>	<b>37</b>
5.1 Tutkimusasetelma ja tutkimuskysymykset .....	37
5.2 Aineisto osana FIREA-tutkimusta .....	40
5.3 Laadullinen tutkimus ja etiikka.....	43
<b>6 Eläköitymis- ja kolmannen iän kokemukset .....</b>	<b>52</b>
6.1 Pelkojen ja kielteisten asioiden teemat ja sisällöt, sekä niiden muutokset.....	52
6.2 Odotusten ja myönteisten asioiden teemat ja sisällöt, sekä niiden muutokset.....	59
6.3 Eläköitymiskokemukset ja kolmasikä sukupuolittainen tarkasteluna.....	68
6.3.1 Pelot ja kielteiseksi koetut asiat .....	68
6.3.2 Odotukset ja myönteiseksi koetut asiat.....	72
6.4 Eläköitymiskokemukset ja kolmasikä sosioekonomisen aseman mukaan tarkasteltuna ..	78
6.4.1 Pelot ja kielteiseksi koetut asiat .....	79
6.4.2 Odotukset ja myönteiseksi koetut asiat.....	87
<b>7 Kolmas ikä monipuolisena elämänvaiheena.....</b>	<b>99</b>
7.1 Naiset miehiä pelokkaampia, mutta myös odottavampia ja myönteisempiä .....	108
7.2 Monisyiset sosioekonomiset erot .....	113
<b>8 Johtopäätökset.....</b>	<b>119</b>
 <b>Lähteet .....</b>	 <b>126</b>
<b>Liitteet .....</b>	<b>138</b>

# 1 Johdanto

Eläköityminen, eli täysipäiväisestä työelämästä iän vuoksi syrjään vetäytyminen ja eläkkeen saaminen palkan sijasta (Denton & Spencer 2009, 64–74), on yksi ihmisen elämänkulun suurimpia murroskohtia ja elämänmuutoksia (Karisto 2004, 95). Ikääntymistä ja eläköitymistä on kuitenkin usein tutkittu etenkin väestötieteellisistä ja taloudellisista lähtökohdista (Wang 2012, 4; Wang & Shultz 2010, 174–181; van Solinge 2012, 313–319). Suomalaisista yli kaksikymmentä prosenttia on yli 65-vuotiaita ja määrän on ennustettu lähivuosina sekä vuosikymmeninä vain kasvavan (Väestö; Schleutker 2013, 425). Näin ollen on puhuttu paljon väestön ja koko yhteiskunnan ikääntymisestä (Karisto & Konttinen 2004, 11–13), joiden on nähty olevan jopa yhteiskunnallisia ongelmia ja aiheuttavan taloudellisia haasteita (Hoppania ym. 2016, 57–63; Schleutker 2013, 425–426; Karisto & Konttinen 2004, 11–13). Esimerkiksi väestöllinen ja taloudellinen huoltosuhde on heikentynyt ja niiden arvioidaan tulevaisuudessa edelleen heikentyvän. Tämä tarkoittaa sitä, että yli 65-vuotiaita on työssäkäyviin nähden yhä enemmän ja toisaalta työssäkäyvän, niin kutsutun tuottavan väestön määrä, on pienempi kuin huollettavan väestön määrä. (Schleutker 2013, 426.) Samalla eläke- ja hoivamenojen on katsottu kasvavan ja luovan taloudellista painetta (Hoppania ym. 2016 57–63). Ikääntyminen on kuitenkin paljon muutakin kuin väestötieteellinen asia ja taloudellinen epäkohta (Hoppania ym. 2016, 57–63; Karisto 2004). Eläköityminen ja sitä seuraava elämänvaihe, kolmasikä, ovat yksilötasoisia ilmiöitä, joita tulisi lähestyä etenkin yksilöiden omien ajatusten ja kokemusten kautta (Halen 2019, 13).

Eläköityminen ja sen mahdollistama kolmas ikä ovat suhteellisen uusia ilmiöitä (Shultz & Wang 2011, 170), jotka ovat ilmenneet yhteiskunnassamme vasta 1900-luvun kuluessa (Laslett 1989, 79). Eläköityminen mielletäänkin nykyään monimuotoiseksi ja monitasoiseksi ilmiöksi, joka asettaa haasteita myös sen tutkimukselle (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168; Reikhs 2018, 40). Siksi eläköitymisen tutkimus on ollut vilkasta ja hyvin monialaista sekä poikkitieteellistä (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168). Esimerkiksi taloustieteen ja väestötieteen alojen lisäksi eläköitymistä on tutkittu etenkin sosiaalitieteiden ja psykologian aloilla (Shultz & Wang 2011, 170). Voidaankin todeta, että nykyään eläköityminen ja kolmas ikä nähdään sekä yhteiskunnallisina, väestötieteellisinä, organisatorisina, kulttuurisina, kollektiivisina että yksilöllisinä

käsitteinä ja ilmiöinä (Beehr & Adams 2003, 1–5; Laslett 1989, 77; Karisto 2004; Wink & James 2012).

Yksilötasolla eläköitymisen ymmärtämisessä onkin siirrytty pois ainoastaan taloudellisen ja yhteiskunnallis-rakenteellisen näkökulman huomioimisesta, eikä eläköitymistä enää nähdä ainoastaan kertaluontoisena yksittäisenä päätöksentekotapahtumana tai hetkenä, eikä siihen vaikuta ainoastaan taloudelliset ja yhteiskunnan rakenteelliset seikat, vaan myös henkilökohtaiset ja psykologiset tekijät (Wang 2012, 4; Wang & Shultz 2010, 174–181; van Solinge 2012, 313–319). Näin ollen eläköitymisprosessi voi olla hyvin monimuotoinen ja tuottaa yksilöille hyvin erilaisia lopputuloksia eläköitymispäätöksen jälkeen avautuvaan elämänvaiheeseen, kolmanteen ikään. Esimerkiksi eläköityminen ja siihen sopeutuminen jatkuvat eläköitymispäätöksen jälkeen, jolloin huomio tulee kohdistaa eläköitymissiirtymää pidemmälle. (Wang 2012, 4; Beehr & Adams 2003, 2; Wang & Shultz 2010; van Solinge 2012.)

Kolmannen iän ilmenemisen liittyy eläköitymisen ja ikääntyvien määrän kasvun lisäksi ihmisten elinajanodote, joka on ollut jatkuvassa kasvussa, samalla kun terveenä sekä toimintakykyisenä vietettyjen vuosien määrä etenkin elämän loppupäässä on lisääntynyt (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 59–62). Suomessa eläköitymisen jälkeen ihmisillä on odotettavissa keskimäärin vielä noin kaksikymmentä vuotta elinaikaa ja näin ollen työelämän jälkeen (Elinajanodote a) ja varsinaisen vanhuuden väliin näyttää jäävän merkittävä omaleimainen elämänvaihe, jota voidaan käsittää edellä mainitun kolmannen iän käsitteen kautta (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 60–65; Jyrkämä 2013, 89–94). Kolmannen iän elämänvaihe on Laslettin (1989) ideaalikäsityksen mukaan tietynlainen elämän huipentuma, itsensä toteuttamisen ja itsetäyttymyksen aikaa. Todellisuudessa eläköityminen ei kuitenkaan ole kaikille samanlainen prosessi, eikä eläköitymisestä avautuva uusi elämänvaihe, kolmas ikä, näyttäytyä kaikille samanlaisena positiivisesti latautuneena elämänvaiheena ja ilmiönä (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 60–65; Jyrkämä 2013, 89–110).

Vaikka eläköitymistä on tutkittu paljon myös Suomessa (ks. Julkaisut, Eläketurvakeskus [ETK]), eläköitymistutkimuksessa eläköityvien oman äänen kuuleminen on jäänyt taka-alalle, vaikka se olisi erittäin tärkeä tutkimusnäkökulma (Halen 2019, 13). Samalla tutkimuksessa ovat usein painottuneet alussa mainitut väestötieteelliset ja taloudelliset seikat, sekä kvantitatiivinen tutkimusote (Karisto & Konttinen 2004, 11–13; Halen 2019,

11–12; ks. Julkaisut, ETK). Lisäksi ikääntyvien kokemuksia on usein tutkittu enemmän vanhenemisen ja selvästi iäkkäämpien ihmisten näkökulmasta, jolloin eläköityminen on ollut enemmän sivuroolissa, kuin varsinainen päätutkimuskohde (esim. Ojala & Pietilä 2013; Kivelä 2012; Kiljunen 2015). Näin ollen tämän tutkielman tavoite on täydentää aiempaa eläköitymiseen liittyvää kvantitatiivista tutkimusta ja tuottaa kvalitatiivisella tutkimusotteella ja suomalaisessa kontekstissa eläköitymis- ja kolmannen iän yksilötasoisista ajatuksista ja kokemuksista monipuolinen käsitys. Samalla tutkielma tuottaa tästä vähemmän tutkitusta näkökulmasta tärkeää ja tuoretta tietoa ajankohtaiseen ja laajasti esillä olevaan aiheeseen sekä yhteiskunnalliseen ilmiöön. Lisäksi tutkielmani kohdistaa huomion suurten ikäluokkien jälkeen syntyneisiin ikäryhmiin, jotka ovat kuitenkin tähän asti jääneet eläköitymistutkimuksessa enemmän suurten ikäluokkien alle, mutta jotka ovat vähintäänkin yhtä suuria ja merkittäviä ikäryhmiä (Tilastokeskus 2012). Tutkielmani tuottaa myös tietoa erityisesti kuntasektorilta eläköityvien ja eläköityneiden näkökulmasta, jolloin aineistoni muodostui rajatusta, mutta kuitenkin monipuolisesta kohderyhmästä.

Jotta tutkielmani vastaisi edellä esiteltyihin tavoitteisiin, päätutkimuskysymykseni ovat *1) Millaisia seurauksia eläköitymisellä on eläköitymisen jälkeiseen elämänvaiheeseen ja millainen kuva eläköitymisestä ja kolmannesta iästä yksilötasolla muodostuu kunta-alantyöntekijöiden omien kokemusten ja näkemysten kautta?* ja *2) Minkälaisia eroja tai yhtäläisyyksiä eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa ja sitä kautta oletetussa kolmannessa iässä on, kun niitä tarkastellaan sukupuolen ja sosioekonomisen aseman mukaan?* Näihin kysymyksiin vastasin tutkielmassani käyttämäni aineisto avulla, joka on osa Finnish Retirement and Aging (FIREA) -tutkimushanketta, jossa tarkastellaan terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn muutoksia eläköitymisen jälkeen. Tarkemmin ottaen käyttämäni aineisto koostui 254 kunta-alan työntekijän kysymyslomakkeiden avovastauksista, joissa pian eläköityvät kertoivat eläköitymiseen liittyvistä peloista sekä odotuksista, ja jo eläköityneet eläköitymiseen liittyvistä myönteisistä ja kielteistä asioista sekä kokemuksista. Lisäksi tarkastelin näitä näkemyksiä ja kokemuksia vastaajien kahdesta henkilökohtaisesta ominaisuudesta ja taustatekijästä käsin, jotka olivat vastaajien sukupuoli sekä sosioekonominen asema. Vastausten saamiseksi käytin tutkimus- ja aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysia, joka on yksittäinen menetelmä ja toisaalta väljä teoreettinen viitekehys, jota käytetään etenkin laadullisen tutkimuksen ja laadullisen aineiston analyysissä (Tuomi & Sarajarvi 2009, 91).

Menetelmän avulla pyritään tarkastelemaan aineistoa johdonmukaisesti ja luomaan siihen selkeyttä esimerkiksi erottelemalla ja tiivistämällä aineistosta esiin nousevia yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia, sekä tuomalla esiin tutkimuksen kannalta tärkeimmät seikat. Samalla menetelmän avulla pyritään tuottamaan tutkimuksen kohteena olevasta asiasta tai ilmiöstä uutta tietoa. (Eskola & Suoranta 2003, 137.)

Tutkielmani koostuu kahdeksasta eri luvusta, jotka käsittelevät eläköitymistä yksilötason prosessina ja siitä aukeavaa kolmatta ikää monimuotoisena elämänvaiheena. Luvut kaksi, kolme ja neljä käsittelevät eläköitymisen ja kolmannen iän teoreettista pohjaa. Luku kaksi ja sen alaluvut keskittyvät eläköitymistä pitkäkestoisena prosessina selittävien teorioiden, eli rooliteorian, jatkuvuuden teorian ja elämänkulun lähestymistavan esittelyyn. Luku kolme antaa käsityksen eläköitymisen jälkeisestä uudesta elämänvaiheesta, kolmannesta iästä, ja siitä kuinka se on historiallisesti tullut mahdolliseksi osana ihmisten elämäntulkua. Neljäs luku keskittyy etenkin kolmessa ensimmäisessä alaluvussa eläköitymisestä yksilölle aiheutuvien seurausten ymmärtämiseen ja siihen, miten eläköityminen sopeutumisprosessina voi yksilön näkökulmasta joko epäonnistua tai onnistua, ja miten se vaikuttaa konkreettisesti yksilön hyvinvointiin, elämäntyyliin, sekä eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksiin. Neljännen luvun viimeisessä alaluvussa tarkastelen vielä tutkielman kannalta kahta tärkeää tekijää, sosioekonomista asemaa ja sukupuolta, joilla on vaikutusta eläköitymiseen. Pyrin luomaan käsityksen siitä, miten nämä tekijät vaikuttavat eläköitymiseen ja minkälaisia eroja sukupuolten ja sosioekonomisten ryhmien välillä on havaittavissa eläköitymisen osalta. Teoriaosuuden jälkeen esittelen menetelmäluvussa viisi tutkimusastelemani ja tutkimuskysymykseni. Kerron myös tarkemmin aineistostani ja perehdyn laadulliseen tutkimukseen ja sen etikkaan, sekä esittelen tutkielmassani ja aineistoni analysoinnissa käyttämäni sisällönanalyysimenetelmän. Tämän jälkeen luvussa kuusi keskityn esittelemään aineistoni analysoinnin tuloksena saadut tärkeimmät tutkimustulokset ja analysoin niitä aiemman tutkimuskirjallisuuden valossa. Ensin käsitelen alaluvussa 6.1 ja 6.2 eläköitymisestä ja kolmatta ikää koskevia kokemuksia, sekä niiden pohjalta muodostuvaa kuvaa kolmannesta iästä. Kahdessa viimeisessä alaluvussa 6.3 ja 6.4 käsitelen eläköitymisen ja kolmannen iän kokemuksia vastaajien sukupuolesta ja sosioekonomisesta asemasta käsin. Analyysilukujen jälkeen luvussa seitsemän kokoaan vielä yhteen analyysilukujen pohjalta esiin nousseet tärkeimmät tutkimustulokset ja vastaan asettamiini tutkimuskysymyksiin. Lopuksi johtopäätösluvussa kahdeksan esitän

tutkielmaani koskevat johtopäätökset ja pohdin tulosten merkitystä. Lisäksi arvioin tutkielmaani kriittisesti ja esitän jatkotutkimusideoita.

## 2 Eläköityminen monimuotoisena ilmiönä ja prosessina

Eläköityminen on hyvin monitasoinen sekä monimuotoinen ilmiö ja se asettaa haasteita ilmiön tutkimukselle ja ymmärtämiselle (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168; Reikhs 2018, 40). Eläköityminen on myös melko uusi (Shultz & Wang 2011, 170) ja kulttuurisidonnainen ilmiö ja lisäksi se muuttuu ajan ja paikan mukaan (Beehr & Adams 2003, 1–5). Atchley tiivisti jo 70-luvulla, kuinka eläköityminen voidaan nähdä monin eri tavoin ja se voi olla tapahtuma, prosessi, sosiaalinen rooli tai elämäntilanne (Atchley 1976, 1–6; Laslett 1989). Eläköityminen onkin yksilöllinen, organisatorinen, yhteiskunnallinen ja kulttuurinen käsite sekä ilmiö (Beehr & Adams 2003, 1–5), ja eläköitymistä tutkitaan lukuisilla eri aloilla, kuten sosiaalitieteiden, psykologian, taloustieteen ja väestötieteen alla (Shultz & Wang 2011, 170). Näin ollen eläköitymisen tutkimus on hyvin moni- ja poikkitieteellistä ja ilmiötä tulee lähestyä monista eri näkökulmista käsin, jolloin edellytetään eri tieteenalojen tietojen ja teorioiden huomioimista, soveltamista sekä yhdistämistä (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168). Nykyään yleinen tapa on huomioida etenkin sosiaalitieteiden, kuten sosiologian ja sosiaalipolitiikan, sekä psykologian tieteenalojen tutkimusperinnettä ja teorioita (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9) ja niitä painotamme myös tässä tutkielmassa. Tarkastellaan kuitenkin aluksi hieman tätä eläköitymisen monimuotoisuutta ja sitä mitä se pitää yleisesti ottaen sisällään.

Eläköitymisestä ilmiönä tekee haastavan useampi eri seikka. Ensinnäkin eläköitymisen ja eläkeläisen määrittely on haastavaa ja eläköitynyt henkilö voidaan määritellä eri tavoin, riippuen esimerkiksi näkökulmasta, aineistosta tai tutkimustarkoituksesta. Tämän vuoksi määritelmät voivat vaihdella ja ne myös muuttuvat. Määrittelyä vaikeuttaa se, että ihmiset voivat eläköityä eri tavoin ja eri polkuja pitkin, ja toisaalta eläkemuotojakin on erilaisia. Tämän vuoksi eläköityminen yleensä määritellään useamman eri tekijän tai kriteerin kautta ja niitä eri tavoin yhdistelemällä. (Beehr & Bowling 2012, 42–52; Denton & Spencer 2009, 64–74.) Usein ikä, kuulumattomuus työvoimaan ja eläkkeen saaminen palkan sijasta ovat ensisijaisia eläkeläisen määritelmän edellytyksiä, mutta toisinaan eläköitynyt henkilö voi tehdä työtä eläköitymisen jälkeen ja samalla hänen työura- tai työnkuva voi muuttua. Näin ollen tulisi ottaa huomioon myös työtuntien tai -ansioiden



vähentyminen tai putoaminen alle määritellyn minimirajan, henkilön siirtyminen pois vakinaisen työnantajan täysipäiväisestä palveluksesta, muutos urassa tai työnkuvassa, sekä henkilön oma käsitys itsestään eläkeläisenä. (Denton & Spencer 2009, 64–74.)

Tässä tutkielmassa keskityn kokoaikaiselle vanhuuseläkkeelle siirtyneisiin henkilöihin, jolloin eläköityneen määrittelyyn pätee useampi kriteeri. Eläköitynyt on tällöin henkilö, joka on ylittänyt vanhuuseläkeiän ja on siirtynyt eläkejärjestelmien mukaan kokoaikaiselle vanhuuseläkkeelle ja hän saa vanhuuseläkkeeksi nimettyä etuutta (Leskinen ym. 2018, 695–696; ETK 2018, 32). Toisaalta henkilö voi tehdä työtä vanhuuseläkkeellä, joten huomioin myös sen määritelmässä, eikä työnteko sulje ihmistä eläköitymismääritelmän ulkopuolelle (Denton & Spencer 2009, 64–74; Leskinen ym. 2018, 695–696; ETK 2018, 32). Osa käyttämässäni aineistossa olevista henkilöistä on ennen vanhuuseläkkeelle siirtymistä voinut olla esimerkiksi osa-aika-, varhennetulla- tai osatyökyvyttömyyseläkkeellä, mutta henkilöt ovat tällöin olleet vielä osittain työelämässä ja kokoaikaisesti eläköityneiksi heidät lasketaan vasta kokoaikaiselle vanhuuseläkkeelle siirtymisen jälkeen (Denton & Spencer 2009, 64–74; Leskinen ym. 2018, 695–696; ETK 2018, 32).

Määrittelyn lisäksi eläköitymisestä haastavan ilmiön tekee sen monitasaisuus, joka tarkoittaa sitä, että eläköitymistä ilmiönä voidaan tarkastella mikro-, meso- tai makrotasosta tai näkökulmasta käsin (Szinovacz 2012, 152–168; Reikhs 2018, 40). Taso tai näkökulma määrittää sitä, miten eläköityminen nähdään, mitkä seikat ovat mielenkiinnon sekä tarkastelun kohteena, ja mistä näkökulmasta niitä tarkastellaan. Makro- eli yhteiskunnallinen taso näkee eläköitymisen instituutiona, joka heijastaa kulttuurisia normeja ja arvoja, sekä niiden ilmentymistä yhteiskunnan erilaisissa tukijärjestelmissä. Niiden lisäksi makrotasoon kuuluvia rakenteita ovat esimerkiksi väestörakenne, työmarkkinat sekä talous. Ne määrittävät kulttuurin ja arvojen ohella sitä, miten eläköityviin milloinkin suhtaudutaan. Lisäksi ne vaikuttavat siihen minkälaiset sosiaaliturvajärjestelmät eri yhteiskunnissa ovat muodostuneet ja miten ne tukevat eläköityviä ja ikääntyviä. Meso- eli organisatorinen taso sen sijaan käsittää erilaiset organisatoriset eläköitymispolitiikat ja -kulttuurit. Tason rakenteisiin kuuluvat erilaiset organisaatiot ja työnantajat, joiden alaisuudessa eläköityvät työskentelevät sekä muut organisaatiot, jotka ovat yhteydessä eläköityviin. Myös paikalliset tai alueelliset infrastruktuurit ja työmarkkinat vaikuttavat organisaatioihin ja eläköityviin. Makro- ja

mesotason rakenteet, tekijät sekä eläköitymiskulttuurit voivat kannustaa ikääntyviä joko työskentelemään tai siirtymään eläkkeelle. (Szinovacz 2012, 152–168.)

Tutkielman kannalta on kuitenkin olennaisinta kiinnittää huomio mikrotasoon, joka käsittää eläköitymisen yksilötasolla, eli keskittyy yksilöiden eläköitymisprosessiin ja sen eri vaiheisiin, sekä eläköityvien omiin kokemuksiin eläköitymisestä. Mikrotason rakenteita ovat yksilön lisäksi perheet ja sosiaaliset verkostot, jotka vaikuttavat yksilöiden eläköitymispäätöksiin ja -prosessiin. Vaikka painotan tutkielmassa eniten yksilötasoa, kaikki edellä luetellut eri tasot ja niiden rakenteet ovat tiiviissä yhteydessä toisiinsa ja vaikuttavat toisiinsa. (Mts. 152–168.) Näin ollen ilmiön ymmärtämisen vuoksi eläköitymistä tarkasteltaessa on huomioitava myös meso- ja makrotasosta tai niihin liittyvät tekijät.

Kolmanneksi, eläköitymisen monimuotoisuus voidaan ymmärtää sitä selittävien teorioiden kautta. Eläköitymisen ymmärtämisessä ja selittämisessä teoreettinen painopiste on siirtynyt monimutkaisemman prosessinäkemyksen ja -teorian puoleen. (Shultz & Wang 2011, 170; Wang 2012, 4–6.) Viimeisten vuosikymmenten aikana eläköitymisen tutkimuksessa ja eläköitymisen analysoimisessa sekä ymmärtämisessä on siirrytty pois ainoastaan taloudellisen ja yhteiskunnallis-rakenteellisen näkökulman huomioimisesta, eikä eläköitymistä enää nähdä ainoastaan kertaluontoisena yksittäisenä päätöksentekotapahtumana tai hetkenä, eikä siihen vaikuta ainoastaan taloudelliset ja yhteiskunnan rakenteelliset seikat, vaan myös henkilökohtaiset ja psykologiset tekijät (Wang 2012, 4; Wang & Shultz 2010, 174–181; van Solinge 2012, 313–319). Eläköitymisen ymmärtäminen prosessina tarkoittaa myös sitä, että emme ole kiinnostuneita vain henkilön päätöksestä eläköityä, vaan eläköitymisprosessin erilaiset ominaisuudet, tekijät ja vaiheet, jotka ovat osa tätä päätöstä ja vaikuttavat siihen, ovat kokonaisuuden kannalta mielenkiintoisempia. Eläköitymispäätös on yksi osa koko prosessia, joka voi olla hyvin vaihteleva ja tuottaa yksilölle hyvin erilaisia lopputuloksia eläköitymispäätöksen jälkeen. Eläköityminen ja siihen sopeutuminen myös jatkuvat eläköitymispäätöksen jälkeen, joten huomio tulee kohdistaa eläköitymispäätöstä pidemmälle. (Wang 2012, 4; Beehr & Adams 2003, 2; Wang & Shultz 2010; van Solinge 2012.)

Prosessinäkemys onkin ohjannut kiinnostusta erityisesti eläköitymisen taustatekijöiden, eläkkeelle siirtymisen sekä eläköitymisen vaikutusten tutkimukseen. Tutkimuksessa

huomio on kohdennettu etenkin eläköitymisen yksilötason prosessien selvittämiseen ja ymmärtämiseen, sekä eläköitymisen yksilötasoisten vaikutusten tarkasteluun, jotka heijastuvat luonnollisesti myös yksilötason kokemuksiin. (Wang 2012, 4; van Solinge 2012; Szinovacz 2012.) Seuraavissa alaluvuissa esittelen tarkemmin näitä teorioita, jotka käsittävät eläköitymisen prosessina ja siihen sopeutumisprosessina. Keskityn kolmeen eniten käytettyyn teoriaan, jotka painottavat samalla eläköitymisprosessin vaihtelevuutta ja eläköitymiseen sopeutumista (van Solinge 2012, 313; Wang 2012, 4; Wang & Shultz 2010, 175). Kyseiset teorit ovat rooliteoria, jatkuvuuden teoria sekä elämänkulkuteoria tai lähestymistapa (van Solinge 2012, 313; Wang 2012; Wang & Shultz 2010, 175).

## 2.1 Eläköityminen pitkäkestoisena prosessina

Yksilötasolla eläköitymisestä prosessina voidaan yleisesti puhua ajallisen etenemismallin kautta. Malli sisältää tiettyjä vaiheita, joiden kautta eläköityminen tapahtuu. Yleensä ensimmäinen vaihe, josta eläköityminen alkaa, on eläköitymisen kuvitteleva ja suunnittelu. Vaihe voi olla vielä varsin etäinen konkreettiseen eläkkeelle siirtymiseen nähden, kun ihminen suunnittelee ja valmistautuu eläköitymiseen esimerkiksi kuvittelemalla millaista eläköityminen voisi olla ja mitä se tarkoittaa erilaisine muutoksineen ja seurauksineen. Yleensä ihmiset myös jakavat näitä ajatuksia muiden, kuten perheen ja ystävien sekä työkavereiden kanssa. (Shultz & Wang 2011, 172; Wang & Shultz 2010, 181–195.)

Seuraavassa eläköitymisprosessin vaiheessa eläköitymisestä tulee jo konkreettisempi asia, kun ihminen aloittaa varsinaisen eläköitymisen päätöksentekoprosessin. Päätöksentekoprosessissa ihminen ottaa huomioon paljon erilaisia tekijöitä ja asioita, jotka vaikuttavat päätökseen. Yleensä tällaisia tekijöitä ovat taloudelliset ja työhön liittyvät tekijät, mutta myös yksilölliset, perheeseen liittyvät ja yhteiskunnalliset seikat vaikuttavat päätökseen. Erilaisten asioiden ja vaihtoehtojen miettiminen voi olla enemmän tai vähemmän tiedostettua tai tiedostamatonta, mutta joka tapauksessa pohdinnan ja arvioinnin jälkeen ihminen usein tekee päätöksen eläköitymisestä ja aloittaa muutoksen täysipäiväisestä työntekijästä eläkeläiseksi. (Shultz & Wang 2011, 172; Wang & Shultz 2010, 181–195.)

Toisaalta kaikilla ei ole mahdollisuutta konkreettiseen eläköitymispäätökseen ja esimerkiksi terveys tai työtilanne voivat pakottaa yksilön eläköitymään, vaikka hän haluaisi vielä jatkaa työssä. Oli kyse sitten vapaaehtoisesta tai tahdonvastaisesta

eläköitymispäätöksestä, siitä alkaa varsinainen eläköityminen, johon voidaan viitata varsinaisena eläköitymisprosessina, sitä seuraavana elämänmuutosprosessina ja niihin molempiin sopeutumisprosessina. Osa eläköityneistä myös jatkaa työntekoa jollakin tavalla eläköitymisen jälkeen, jolloin sidos entiseen työelämään säilyy ja tämän on myös nähty helpottavan siirtymää ja sopeutumista. On kuitenkin huomioitava, että prosessi on eri ihmisillä hyvin erilainen ja lisäksi eri vaiheet voivat kestää vaihtelevia aikoja yksilöstä riippuen. (Shultz & Wang 2011, 172; Wang & Shultz 2010, 181–195.)

Näiden ajallisen etenemismallin vaiheiden aikana eläköitymiseen ja siihen liittyviin päätöksiin ja vaihtoehtoihin vaikuttavat monet eri tekijät. Wang ja Shultz (2010, 181–195) jakavat nämä tekijät neljään eri ryhmään, jotka ovat yksilölliset, työhön, sekä perheeseen liittyvät tekijät ja sosioekonomisiin tekijöihin kuuluvat seikat. Yksilölliset ominaisuudet käsittävät esimerkiksi iän, sukupuolen, tarpeet ja arvot, persoonallisuuden, tietämyksen, taidot ja kyvyt, asenteet eläköitymiseen ja työhön liittyen, terveyden, sekä taloudelliset olosuhteet. Työhön liittyvät ja organisatoriset tekijät pitävät sisällään henkilön työhistorian, työhön liittyvät ominaisuudet ja piirteet, työasenteet, uraorientoituneisuuden, joustavat työmahdollisuudet, taloudelliset kannustimet, sekä työssä ja työpaikalla, sekä alalla vallitsevat ikään liittyvät stereotypiat ja asenteet. Perhetekijöihin taas kuuluvat perheen ja läheisten tuki, siviilisääty, mahdolliset perheen sisäiset riippuvuus- ja huoltosuhteet, pari- ja lähisuhteiden laatu, sekä puolison tai kumppanin työvoimastatus. Sosioekonomisiin tekijöihin kuuluvat eläköitymiseen liittyvät yhteiskunnalliset normit, yhteiskunnan taloudelliset olosuhteet ja talouden kehitysnäkymät, työvoimatilanne, yhteiskunnan sosiaaliturvajärjestelmät, sekä hallituksen harjoittama politiikka ja erilaiset ohjelmat. (Mts. 181–195.) Nämä eri tekijät voivat toimia joko työntävinä tai vetävinä tekijöinä, eli ne voivat joko kannustaa henkilöä eläköitymään tai jatkamaan työelämässä (Wang & Shultz 2010, 181–195; Nivalainen 2013, 44). Eri ihmisillä myös eri tekijät vaikuttavat eri tavoin ja saavat erilaisen painoarvon päätöksenteossa ja prosessissa, ja toisaalta vaikuttavat erilaisiin lopputuloksiin eläköitymiseen sopeutumisessa (Shultz & Wang 2011, 174–175).

Eläköityminen ei siis ole pelkästään yksittäinen päätös tai hetki, jolloin ihminen eläköityy, vaan se on ennemmin pitkäkestoinen prosessi, joka on lisäksi hyvin vaihteleva (Wang & Shultz 2010; Wang 2012; Reikhs 2018, 40). Näin ollen on kiinnostavampaa tutkia tekijöitä, jotka johtavat ja vaikuttavat eläköitymispäätökseen ja siihen, kuinka hyvin ihminen sopeutuu eläkkeellä oloon ja kuinka hän eläköitymisen kokee (Shultz &

Wang 2011, 174–175). Koska eläköitymiseen vaikuttavat monet eri tekijät, eläköitymistä tarkasteltaessa on otettava huomioon useampi eri teoria (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168). Rooliteoria, jatkuvuuden teoria ja elämänkulkuteoria tai lähestymistapa ovat nykyään käytetyimpiä teorioita ymmärrettäessä eläköitymistä prosessina ja siihen sopeutumisprosessina (Wang & Shultz 2010, 175). Teoriat auttavat ymmärtämään niitä mekanismeja, jotka vaikuttavat eläköitymisen taustalla ja eläköitymiseen sopeutumisessa. Samalla ne antavat käsityksen tiettyjen edellä käsiteltyjen taustatekijöiden vaikutusmekanismeista. (van Solinge 2012, 313; Wang 2012, 4; Wang 2007, 455–456.) Toisaalta edellä mainitut teoriat eivät ole ainoita tapoja käsittää eläköitymistä, vaan eläköityminen voidaan nähdä myös esimerkiksi päätöksentekona, urakehityksen vaiheena tai osana henkilöstöjohtamista. Tällöin eläköitymistä selittävät muutkin teoriat, kuten rationaalisen valinnan teoria, suunnitellun käyttäytymisen teoria ja yleisen järjestelmän teoria. (Shultz & Wang 2011, 174–175.) Nämä näkökulmat ja teoriat kuitenkin antavat eläköitymisestä rajatumman kuvan ja tarkastelevat eläköitymistä tai jotakin sen osaa spesifimmästä näkökulmasta, joten niiden rajausta tämän tutkielman ulkopuolelle on perusteltua.

### 2.1.1 Rooliteoria

Rooliteorian mukaan ihmisillä on erilaisia sosiaalisia rooleja, jotka muuttuvat tai vaihtelevat elämän aikana ja elämäntilanteelta toiseen. Työ on merkittävä asia monessa eri yhteiskunnassa ja se on iso osa monen yksilön elämää ja elämäntilannetta. Työn luoma rooli tai roolit ovat merkittäviä ja eläköityessä henkilö ikään kuin joutuu jättämään työroolinsa. Samalla kuitenkin ihmisen muut roolit voivat vahvistua. Näin ollen eläköityminen voidaan nähdä roolin muutoksena tai sen menetyksenä. (van Solinge 2012, 312–313.)

Rooliteoria sisältää oletuksen, jonka mukaan roolin menetys on stressaava ja jopa kriisin aiheuttava elämänmuutos ja näin ollen eläköityminen laskee yksilön hyvinvointia eläkkeellä (Wang 2007, 456). Näin ei kuitenkaan läheskään aina tapahdu. Toki niille, joille työrooli tai -roolit ovat tärkeä osa identiteettiä, eläköityminen voi olla ahdistava kokemus ja kriisin aiheuttava elämänmuutos, mutta jos yksilöllä on vahvat muihin elämäntilanteisiin liittyvät roolit, ja esimerkiksi työhön liittyvät tekijät ovat negatiivisia ja työntävät eläköitymään, henkilö voi pitää eläköitymistä erittäin myönteisenä asiana ja kokemuksena, sekä työnroolien taakse jäämisen vapauttavana asiana. (van Solinge 2012, 312–313.)

Kuten totesin, eläköityminen ei ole ainoastaan negatiivisesti koettua roolin menetystä ja merkittävä kriisi, vaan myös tietty mahdollisuus säilyttää elämässä tiettyä jatkuvuutta, esimerkiksi ihmissuhteiden ja elämäntyylin kautta. Ihmiset, jotka ylläpitävät aiempien elämänvaiheiden ihmissuhteita, elämäntyyliä tai aktiviteetteja, tai jotka kokevat eläköitymisen positiivisena päämääränä ja elämänvaiheena, eivät koe merkittävää psykologisen hyvinvoinnin laskua työroolin menetyksestä huolimatta. (Wang 2007, 456.) Rooliteoria jättääkin huomiotta muita tärkeitä tekijöitä, jotka vaikuttavat eläköitymiseen, siihen sopeutumiseen, eläköitymisen jälkeiseen hyvinvointiin ja eläköitymis- sekä kolmannen iän kokemuksiin. Lisäksi ei ole täysin selvää mitkä roolin menetyksen osat vaikuttaa pääsääntöisesti eniten eläköityvän hyvinvoinnin muutoksiin. Tällaisia rooliin menetykseen liittyviä asioita tai osia ovat esimerkiksi statuksen menetys, sosiaalisten suhteiden menetys ja tulojen menetys. (van Solinge 2012, 313.)

### 2.1.2 Jatkuvuuden teoria

Eläköitymiseen sovellettaessa jatkuvuus- tai jatkuvuuden teoria olettaa, että olennainen osa eläköitymisprosessia ovat eläköitymiseen ja muutokseen mukautuminen sekä sopeutuminen. Ihmiset oppivat elämänsä aikana jatkuvasti uutta ja sovittavat melko pysyviä arvoja ja mieltymyksiä uusiin tilanteisiin ja elämänmuutoksiin, kuten eläköitymiseen. Uuden omaksumisessa ja sopeutuessaan muutoksiin aikuiset ihmiset käyttävät apunaan erilaisia mielen kehyksiä, kuten aiempia käsityksiään, ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Nämä suhteellisen vankat sisäiset ja ulkoiset kehykset mahdollistavat yksilöiden sopeutumisen isoihin elämänmuutoksiin, ilman suurta kriisiä. (van Solinge 2012, 313; Atchley 1999, 94–100.)

Sisäiset rakenteet tai kehykset käsittävät ihmisen ajatusten psyykkisen rakenteen, henkilön luonteen, erilaiset kokemukset, taipumukset ja taidot. Toisin sanoen ihmisten ajatukset, henkiset taidot ja tiedot on kerätty elämän kuluessa ja järjestetty mielessä erilaisiksi rakenteiksi, kuten minäkäsitteeksi, henkilökohtaisiksi tavoitteiksi, maailmankuvaksi, elämänfilosofiaksi, moraalikäsityksiksi, asenteiksi, arvoiksi, uskomuksiksi, vakaumuksiksi, tietämykseksi, taidoiksi, luonteenpiirteiksi, ja erilaisiksi selviytymisstrategioiksi. Rakenteet ovat yksilöllisiä ja tehdessään valintoja sekä sopeutuessaan uuteen, ihminen pyrkii hyödyntämään sisäisiä rakenteitaan ja säilyttämään niiden jatkuvuuden. Ulkoinen jatkuvuus sen sijaan käsittää erilaiset sosiaaliset roolit, erilaiset aktiviteetit, elämisjärjestelyt ja ihmissuhteet. Käytännössä ne ovat ihmisten ajatuksia sosiaalisista rooleista, käyttäytymisestä ja toimimisesta, ihmissuhteista,

elinympäristöstä ja elinpaikasta. Ihmiset arvottavat asioita eri tavoin ja muodostavat ulkoisen rakenteen suhteen yksilöllisiä ratkaisuja. Eläköitymiseen mennessä monelle on elämän aikana muodostunut ainutlaatuiset ulkoiset elämän rakenteet tai elämäntyylit, ja muutoksia kohdatessaan ihmiset pyrkivät näiden ulkoisten rakenteiden jatkuvuuteen. Toisin sanoen, sisäiset rakenteet ja niiden jatkuvuus on tärkeää ihmisen psykologiselle tasapainolle ja turvallisuuden tunteelle, kun taas ulkoiset rakenteet auttavat sopeutumaan uuteen ja tuovat sosiaalista, fyysistä ja taloudellista turvaa. (van Solinge 2012, 313; Atchley 1999, 94–100; von Bonsdorff & Ilmarinen 2012.)

Ihmiset siis hyödyntävät ja pyrkivät ylläpitämään sisäistä ja ulkoista jakavuutta tehdessään päätöksiä ja sopeutuessaan erilaisiin elämänmuutoksiin, kuten eläköitymiseen. Näin tapahtuu, koska tarvitsemme melko vakaata näkemystä itsestämme ja ympäröivästä maailmasta, ja toisaalta muut olettavat meidän toimivan ja käyttäytyvän tietyllä tavalla johdonmukaisesti. Samalla ihmiset myös ylläpitävät ja kehittävät omaa omaksumiskapasiteettiaan ja -kykyään. (van Solinge 2012, 313; von Bonsdorff & Ilmarinen 2012.) Teorian mukaan ihmisillä on myös tavoitteita esimerkiksi itselleen, toiminnalleen, ihmissuhteilleen sekä ympäristölleen ja ihmiset pyrkivät saavuttamaan näitä tavoitteita. Kun ihmiset kehittyvät, heillä on yleensä yhä selvemmät ajatukset siitä, mikä tuottaa juuri heidän kohdallaan tehokkaita päätöksiä, sekä tuottaa tyytyväisyyttä ja antaa tyydytystä. Usein tätä tyytyväisyyttä ja tyydytystä elämään tuottaa se, että ihmiset pyrkivät muotoilemaan etenkin ulkoisia elämän rakenteitaan mieluisiksi ja samalla ulkoiset rakenteet täydentävät heidän sisäisiä rakenteitaan. Pyrkiessään tähän sisäiseen ja ulkoiseen jatkuvuuteen, ihmiset pyrkivät samalla valintojensa kautta tyytyväisyyteen oman elämänsä suhteen. Toisaalta tavoitteiden muotoiluun ja niiden tavoitteluun vaikuttavat myös esimerkiksi sukupuoli, ikä, perhesiteet, talous, sosioekonominen asema ja työhön liittyvät tekijät. Myös elämäkokemus vaikuttaa tavoitteisiin ja ihmiset tekevät sen kautta päätöksiä, kuten mihin heidän kannattaa kiinnittää huomiota, minkälaiseen toimintaan he lopulta ryhtyvät, mitkä ovat käytetyt keinot ja milloin erilaisiin toimiin kannattaa ryhtyä. (Atchley 1999, 94–100.)

Teorian kannalta olennaista on myös se, että ihmiset eivät läheskään aina ole tyytyväisiä erilaisiin asioihin elämässään, jolloin asioiden jatkuvuutta ei välttämättä haluta ylläpitää. Esimerkiksi jos ihminen on tyytymätön työhönsä, tämä voi ajaa kohti muutosta ja eläköitymistä. Näin ollen jatkuvuus ei edellytä muuttumattomuutta, vaan hyväksyy päämäärien muutoksen ja toimimisen niiden mukaan. Lähtökohtaisesti pyrkimys

jatkuvuuteen kuitenkin ohjaa ihmisten valintoja ja käyttäytymistä, sekä auttaa sopeutumisessa. (van Solinge 2012, 313; von Bonsdorff & Ilmarinen 2012.)

### 2.1.3 Elämänkulkuteoria

Vaikka jatkuvuuden teoria on moniulotteisempi kuin rooliteoria, käytännössä on olemassa hyvin vähän konkreettisia jatkuvuuden määritelmiä ja osoituksia siitä, mitkä jatkuvuustekijät vaikuttavat eläköitymisen sopeutumiseen eniten ja millä mekanismeilla. Näin ollen on hyvä keskittyä vielä yhteen rooli- ja jatkuvuudenteoriaa täydentävään teoriaan, joka on elämänkulkuteoria tai elämänkulun lähestymistapa tai näkökulmaan. Kyseinen teoria antaa eläköitymisestä vielä monimuotoisemman kuvan ja selittää eläköitymisprosessia vielä monipuolisemmin. (van Solinge 2012, 312–313.) Elämänkulunteoria liittyy läheisesti myös seuraavassa luvussa käsiteltävään kolmannen iän käsitteeseen ja ilmiöön (Wink & James 2012, 59–60; Laslett 1989).

Elämänkulun näkökulmassa yhdistyvät taloudelliset, väestötieteelliset ja sosiokulttuuriset voimat, jotka vaikuttavat yleisesti yhteiskunnassa ja näin ollen myös eläköitymisessä (Wink & James 2012, 59–60). Näkökulmassa vaikuttavat viisi pääperiaatetta (Elder, Johnson & Crosnoe 2003, 10–14), jotka tiivistävät teorian ytimen. Ensinnäkin ihmisen kehitys ja ikääntyminen ovat elämänmittainen prosessi ja aikuiset kokevat ikääntyessään esimerkiksi merkittäviä biologisia, psykologisia ja sosiaalisia muutoksia, jotka vaikuttavat heidän elämäänsä eri tavoin. Toinen periaate koskee ihmisten toimintaa tai toimijuutta, jonka mukaan ihmiset rakentavat oman yksilöllisen elämänsä niiden valintojen ja toimien kautta, joita he valitsevat erilaisten mahdollisuuksien ja rajoitteiden puitteissa, jotka historia ja yhteiskunnalliset olosuhteet luovat. Toisin sanoen ihmiset eivät ole passiivisia objekteja, joita elämä ohjailee, vaan yksilöt tekevät valintoja ja kompromisseja perustuen olemassa oleviin vaihtoehtoihin. Usein kuitenkin nämä vaihtoehdot ovat rajoittuneita tai muiden yksilöllisten tekijöiden ja historiallisen ajanjakson vaikuttamia tai muotoilemia. Esimerkiksi sukupuoli, sosioekonominen asema tai siviilisäätty voivat vaikuttaa vaihtoehtoihin ja rajata niitä. Kolmas periaate olettaa, että yksilön elämänkulku tietyssä aikana on historiallisen ajan tai aikojen sekä paikan tai paikkojen määrittämä ja vaikuttama. Toisin sanoen historialliset kehityskulut ja maantieteellinen sijainti vaikuttavat elämänkulkuun ja esimerkiksi samat elämäntapahtumat saavat erilaisen merkityksen riippuen ajasta, maantieteellisestä sijainnista sekä kulttuurista. Neljännen periaatteen mukaan tapahtumilla ja kokemuksilla on yksilölle vaihteleva merkitys riippuen siitä, milloin ne ilmenevät yksilön elämässä ja



elämän kaaressa. Esimerkiksi vanhemmuus voi vaikuttaa eri tavoin yksilön mahdollisiin vaihtoehtoihin myöhemmin elämässä, riippuen siitä missä vaiheessa elämäänsä ihminen tulee isäksi tai äidiksi. Viimeinen periaate tiivistää elämänculun näkökulman ajatusta yleisesti, eli sitä että yksilön elämänculku on tiivisti yhteydessä muiden ihmisten elämänculkuihin. Toisin sanoen yksilö vaikuttaa muiden läheistensä elämään ja toisaalta läheiset vaikuttavat eri tavoin yksilön elämään. Toisaalta myös eri elämäncalueet ovat tiiviissä yhteydessä toisiinsa. (Elder ym. 2003, 10–14; Gettings & Anderson 2018, 225–226.)

Yksilöiden elämäncakari siis rakentuu yksilöiden omien toimien, valintojen, mahdollisuuksien, rajoitteiden ja henkilöhistorian kautta, mutta myös historiallisessa kontekstissa ja yhteiskunnallisten olosuhteiden puitteissa, jotka nekin tarjoavat erilaisia mahdollisuuksia ja rajoitteita (Elder ym. 2003, 10–14; Gettings & Anderson 2018, 225–226). Yksilön kannalta tämä tarkoittaa sitä, että eläköityminen on merkittävä murroskohta ja tapahtuma ihmisen elämäncakassa (Karisto 2004, 95) ja edellä luetellut asiat vaikuttavat eläköitymiseen ja sen jälkeiseen elämäncvaiheeseen (van Solinge 2012, 313–314). Näkökulma huomioi rooli- ja jatkuvuudenteoriaa paremmin eläköitymisen monimuotoisuuden ja toisaalta myös monitasoisuuden ajatuksen, mutta ei myöskään sulje muita teorioita täysin ulkopuolelle. (Mts. 312–314.)

### 3 Eläköitymisestä avautuva kolmas ikä

Ihmisten elinajanodote on pidentynyt yleisesti ja myös eläkeikään tulneiden henkilöiden elinajanodote on pidentynyt viime vuosikymmenten aikana. Samalla terveenä vietetyt ja aktiiviset elinvuodet ovat lisääntyneet etenkin elämän loppupäässä. (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 59–62.) Näin ollen eläköitymisen ja vanhuuden väliin on ilmestynyt omaleimainen elämäncvaihe, johon myös usein liittyy paljon odotuksia (Wink & James 2012). Alun perin kolmasikä on Peter Laslettin (1989) kehittämä ajatus ja käsite, jota on käytetty kuvaamaan eläköitymisen jälkeen alkavaa, mutta ennen varsinaista vanhuutta olevaa elämäncvaihetta. Voidaan siis ajatella, että elämä on jaettu useampaan eri osaan, elämäncvaiheeseen, jotka liittyvät sarjaksi ja ovat osa ihmisen elämänculkua (Laslett 1989, 3–4). Edellisiä eläköitymistä selittäviä teorioita ja prosessinäkökulmaa ajatellen on myös hyvä huomata, että kolmas ikä voidaan sitoa etenkin elämänculun lähestymistapaan. Toisin sanoen eläköityminen on osa elämänculkua ja siihen vaikuttavat

edellisessä luvussa esitetyt teoriat, mekanismit sekä tekijät. (Wink & James 2012, 59–60; Laslett 1989.)

Laslett (1989) piti eläköitymisestä avautuvaa elämänvaihetta, kolmatta ikää, tietynlaisena elämän huipentumana, joka olisi pääsääntöisesti eläköityneille hyvin onnellista itseensä keskittymisen aikaa, sekä itsetäyttymyksen ja -toteutuksen aikaa. Laslettin ajatuksia on kritisoitu tästä ideaalista näkemyksestä ja ajatuksen sukupuolettomuudesta sekä kolmannen iän yksipuolisuudesta (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 60–65; Jyrkämä 2013, 89–110). Toisaalta Laslettin (1989, 156) tunnusti, että kolmannen iän voi viettää monin eri tavoin ja ihmisillä on erilaisia suunnitelmia ja päämääriä eläkepäiville, eivätkä ihmiset läheskään aina toimi suunnitelmien ja mieltymystensä mukaan. Lisäksi Laslett (1989, 156) huomioi, että tyytyväisyys elämänvaiheeseen voi vaihdella ja niin voivat vaihdella myös ihmisten käsitykset siitä, mikä tuottaa heille eniten tyydytystä ja onnellisuutta kolmannessa iässä. Toisaalta Laslett ei huomioi kattavasti sitä, että läheskään kaikilla ei ole mahdollisuus toteuttaa toiveitaan, ajatuksiaan ja asioita, joiden kokevat tuottavan eniten tyydytystä ja tyytyväisyyttä (Wink & James 2012, 59).

Kun huomioidaan Laslettin samaan kritiikki, ajatus kolmannesta iästä omaleimaisena elämänvaiheena on varteenotettava ja elämänvaihe näyttää olevan todellinen etenkin väestötasolla. Yksilötasollakin kolmas ikä tunnistetaan ja tunnustetaan jatkuvasti selvemmin. (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 60–65; Jyrkämä 2013, 89–94.) Nykyään eläköitymisestä näyttää aukeavan uusi omaleimainen elämänvaihe, joka erottuu työnjälkeisestä elämästä ja varsinaisesta vanhuudesta (Laslett 1989; Karisto 2004; Wink & James 2012). Elämänvaihe kuitenkin voi näyttäytyä eläköityville ja eläköityneille hyvin eri tavoin, eikä se välttämättä ole kaikille positiivisesti latautunut, odotettu ja pelkästään tyydytystä tuottava elämänvaihe (Karisto 2004; Wink & James 2012).

### 3.1 Kolmas ikä elämänvaiheena

Laslett (1989, 3–4) puhuu neljästä eri iästä eli elämänvaiheesta. Laslettin näkemyksen mukaisesti ensimmäinen ikä tai elämänvaihe liittyy elämän alkuvaiheeseen, lapsuuteen ja nuoruuteen. Toinen ikä liittyy aikuisuuteen, työssäkäyntiin, ansaitsemiseen ja perhe-elämään. Kolmas ikä alkaa yleensä eläköitymisestä ja erottaa ikääntyneet edeltävästä ryhmästä. Tämän jälkeen on vielä neljäs ikä, johon kolmas ikä päättyy ja joka käytännössä tarkoittaa lopullista fyysistä ja psyykkistä rappeutumista, vanhuudenheikkoutta, riippuvuutta muista ja lopulta kuolemaa. Näiden eri ikien välillä ei ole selvää rajaa, joka

olisi paikkaansa pitävä jokaisen ihmisen kohdalla. Eri osat ovat myös liukuvia, eivätkä siirtymät eri osien välillä ole selviä. Ihminen voi esimerkiksi elää kahtakin ikää samanaikaisesti ja siirtymät elämänvaiheista, i'istä, toiseen liukuvat. (Mts. 3–4.) Eri ikien ja elämänvaiheiden alku on yksilöllistä, eivätkä tarkat ikävuodet tai syntymäpäivät ole optimaalisia määritettäessä, milloin henkilö siirtyy iästä toiseen (mts. 77). Tästä ikien määrittämisen haasteista ja epämääräisyydestä Laslettia on myös kritisoitu (Jyrkämä 2013, 93). Eläköityminen on kuitenkin nähty olevan toisen iän loppupuolella merkittävä rajapyykki ja käännekohta sekä murroskohta ihmisen elämänsä ja siirryttäessä toisesta iästä kolmanteen ikään (Laslett 1989, 77; Karisto 2004, 95).

Eläkeikä määrittää myös sitä, kuinka paljon henkilö voi odottaa saavansa elinvuosia kolmanteen ikään (Laslett 1989, 77–78). Suomessa toteutunut vanhuseläkkeelle siirtymisiän keskiarvo oli vuonna 2017 63,7-vuotta (Kannisto 2019, 61). Toiset voivat itse määrittää paremmin eläkkeelle siirtymisajankohdan kuin toiset (Laslett 1989, 77–78) ja esimerkiksi Suomen eläkejärjestelmä mahdollistaa jonkin verran joustoa varhaisen eläköitymisen tai eläköitymisen lykkäämisen suhteen (ETK 2018, 20). Osa eläköityvistä voi jatkaa työelämässä eläköitymisen jälkeen ja tämä saattaa hämärtää kolmannen iän alun määrittämistä. Toisaalta esimerkiksi tietyt olosuhteet kuten sairaus, taloudellinen tilanne tai työttömyys voivat pakottaa ihmisen eläköitymään tai jatkamaan työelämässä, vaikka ihminen itse haluaisi toisin. (Wink & James 2012, 65–66.)

Toisaalta myös ihmisten kyky tunnistaa ja tunnustaa kolmas ikä vaihtelee. Osa voi ja osaa odottaa uutta elämänvaihetta, kun taas osa voi vieroksua koko ajatusta kolmannesta iästä, ikääntymisestä ja vanhuudesta. (Laslett 1989, 154.) Aina ei myöskään ole selvää, että kaikki eläisivät kolmanteen ikään asti. Vielä olennaisempaa on se, että kolmasikä Laslettin näkemyksen kaltaisena elämänvaiheena ja sellaisena kuin se yhteiskunnassamme näyttäytyy, ei ole kaikille mahdollinen. Kolmas ikä painottuu suurimmaksi osaksi kehittyneisiin yhteiskuntiin ja Suomenkin kaltaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa enemmän niille, joilla on tarpeeksi erilaisia resursseja, kuten terveyttä, taloudellista vaurautta ja sosiaalista pääomaa. (Karisto 2004, 91–92; Wink and James 2012.)

Samalla kolmasikä on myös sukupolvikysymys. Sukupolvet, eli tiettyinä ajanjaksoina syntyneet ihmiset omaavat elämänhistoriallisesti syntyneitä ja muodostuneita mieltymyksiä, sekä ajattelu- ja orientaatiotapoja, jotka vaikuttavat ihmisten

mahdollisuuksiin, käsityksiin ja toimintaan. (Karisto & Konttinen 2004, 31; Saarenheimo, Pietilä, Maununaho, Tiihonen & Pohjalainen 2014, 81–94.) Näin ollen kolmas ikä voi näyttäytyä erilaisena ja olla kokemuksena erilainen myös sen mukaan, minkä ikäluokan ja sukupuolen edustajat milloinkin elävät kolmatta ikää. Näin ollen myös odotukset, asenteet ja elämäntavat vaihtelevat ja muuttuvat, eivätkä kolmas ikä tai vanheneminen ole muuttumattomia ilmiöitä, vaan niissä on erilaisia sukupolvispesifejä piirteitä. Samalla aika, ympäristö ja kulttuuri muokkaavat niitä. Toisaalta myös kolmannen iän syntyminen ja tunnistaminen luovat elämänvaiheelle odotuksia, joita ihmiset ennen eläköitymistä elämänvaiheelle asettavat ja näin myös ne määrittävät uutta elämänvaihetta. (Karisto 2004, 92–95.)

Lisäksi olennaista on ymmärtää, että kolmas ikä on sekä kollektiivinen tilanne, mutta yhtä vahvasti myös yksilöllinen asia (Laslett 1989, 77; Karisto 2004; Wink and James 2012). Se on elämänvaihe, jonka voi kokea vain osana yhteiskuntaa, jossa on tietyt rakenteelliset järjestelyt sekä vapaus ja tavat sekä velvoitteet toimia tietyin tavoin. Se on tietyn valtion sekä yhteiskunnan ja väestön aikaan saama ilmiö ja yhteiskunta luo tietyt puitteet ja instituutiot, jotta esimerkiksi eläköityminen ja sitä kautta kolmas ikä ovat yksilölle mahdollisia. Samalla nämä järjestelyt vaikuttavat eri tavoin eläköitymiseen ja kolmanteen ikään, esimerkiksi normien ja asenteiden kautta. Samalla kolmas ikä on yksittäisten henkilöiden vaikuttama ja kokema. Toisaalta sen kokemiseksi tarvitaan muita ihmisiä, koska ihmiset luovat, käsittävät ja kokevat elämänvaihetta yksilöinä, mutta myös osana suurempaa ihmisryhmää ja väestöä. Samalla he osallistuvat kolmannen iän uusintamiseen. (Laslett 1989, 77; Karisto 2004; Wink and James 2012.) Näin ollen eri elämänvaiheet tai iät ovat sidottu ihmisten omaan kokemukseen ja liittyvät ihmisten yksilöllisiin elämänkulkuihin ja valintoihin, mutta samalla niihin vaikuttavat yhtä vahvasti myös yhteiskunnalliset ja kulttuuriset seikat. Kolmannen iän monimutkaisuudesta ja monipuolisuudesta tai vaihtelevuudesta huolimatta sen voidaan nähdä olevan todellinen ilmiö etenkin väestötasolla (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012), mutta myös yksilötasolla (Karisto 2004, 91–92; Wink and James 2012; Karisto & Konttinen 2004; Laslett 1989), sekä kulttuurisena rakenteena (Jyrämä 2013, 110).

### 3.2 Kolmannen iän mahdollistuminen osana elämänkulkua

Kolmannen iän mahdollistuminen on ollut monen eri tekijän summa ja pitkäaikaisten kehityskulkujen tulos. Eläköityminen ja kolmasikä muuttuvat edelleen ja toisaalta ne vaihtelevat yhteiskunnittain ja kulttuurittain. (Laslett 1989; Zickar 2012.) Seuraavaksi

esiteltävien kriteerien pohjalta kolmas ikä on ollut havaittavissa länsimaissa noin 1950-luvulta eteenpäin ja osaksi yhteiskunnallisia rakenteita se on muodostunut noin 1980-luvulla. Tosin Skandinaviassa kyseinen kehityskulku on ollut havaittavissa jo parikymmentä vuotta aiemmin. (Laslett 1989, 79.)

Eläköitymisen ja kolmannen iän mahdollistumisen näkökulmasta on katsottava ensin väestötieteellisiä seikkoja. Väestötieteen näkökulmasta ihmisten elinajanodote on noussut paljon 1800-luvun puolivälin jälkeen ja se on edelleen kasvussa. Näin ollen yhä useampi saavuttaa kolmannen iän ja siinä vietettyjen vuosien määrä kasvaa. (Laslett 1989, 69–70; Zickar 2012, 10–11.) Suomessa 1867-1868 nälkävuosien jälkeen elinajanodote on pääsääntöisesti kasvanut ja näihin päiviin mennessä peräti tuplaantunut (Elinajanodote b). Elinajanodote kertoo kuinka paljon tietyn ikäinen henkilö eläisi, jos kuolleisuus ei muuttuisi. Vuonna 2017 Suomessa vastasyntyneiden elinajanodote oli tytöillä 84,2 vuotta sekä pojilla 78,7 vuotta, ja sukupuolten väliset erot elinajan odotteessa ovat kaventuneet 1970-luvun lopulta eteenpäin. (Elinajanodote a.)

Elinajanodotteen lisäksi tärkeää on se, kuinka moni väestöstä todennäköisesti elää tiettyyn ikään asti ja toisaalta, kuinka paljon 65-vuotiaita tai sitä vanhempia on väestöstä (Laslett 1989, 69–86; Zickar 2012, 10–11). Laslett (1989, 85–86) puhuikin näistä kriteereistä kolmannen iän väestöllisinä indikaattoreina. Jotta voitaisiin puhua kolmannen iän yhteiskunnasta, suurimmanosan tietyn väestön tietyn ajankohdan 25-vuotiaista on saavutettava 70-vuoden ikä ja vähintään kymmenen prosenttia koko kansallisesta väestöstä on oltava samanaikaisesti yli 65-vuotiaita. Monissa länsimaissa tämä väestötieteellinen muutos ja näiden indikaattorien edellytysten täyttyminen on tapahtunut noin 1950-luvun paikkeilla. (Laslett 1989, 79.) Suomessa yli 65-vuotiaita oli vuoden 2017 lopussa 21,4 % väestöstä ja väestöennusteen mukaan määrä on kasvussa ja vuonna 2050 luku on jo hyvin lähellä 30 %:a (Väestö). Lisäksi suurin osa väestöstä elää Suomessa yli 65-vuotiaaksi (Tilastokeskus 2018a; Jyrkämä 2013, 92). Näiden tekijöiden lisäksi tulee kuitenkin katsoa myös yli 65-vuotiaiden työllisyyttä, eli työllisten määrää kyseisestä ikäryhmästä (Zickar 2012, 10–11). Vuonna 2017 65-74-vuotiaiden työllisyysaste oli Suomessa yksitoista prosenttia, kun taas 15-64-vuotiasita se oli 71,7 % (Tilastokeskus 2019, 2–37). Toisin sanoen selvästi suurin osa yli 65-vuotiaista on työvoiman ulkopuolella, eli yleensä eläkkeellä (Zickar 2012, 10–11; Tilastokeskus 2019, 2–37). Tämä ei kuitenkaan aina ole ollut mahdollista, vaan ikääntyvien on pitänyt työskennellä iästä tai terveydestä huolimatta (Zickar 2012, 11; Laslett 1989, 87).

Kolmannen iän mahdollistumisen kannalta on merkitystä myös nimenomaan sillä, kuinka paljon odotettavissa olevia elinvuosia on jäljellä eläköitymisen jälkeen kolmanteen ikään siirryttäessä. Elinvuosia kolmannessa iässä on oltava tarpeeksi paljon koko väestön tasolla, ei ainoastaan harvojen onnekkaiden ja etuoikeutettujen kohdalla. (Laslett 1989, 77–78.) Vuonna 2017 Suomessa 65-vuotiaiden naisten elinajanodote oli 21,8 vuotta ja miesten 18,2 vuotta (Elinajanodote a), eli eläköitymisen jälkeen on vielä odotettavissa useita elinvuosia. Kolmatta ikää ei siis olisi kaikista yhteiskunnallisista ja väestötieteellistä muutoksista huolimatta, jos suurin osa ihmistä ei ymmärtäisi sitä, että heillä on melko varmasti toisen iän jälkeen olemassa vielä jäljellä olevia elinvuosia kolmannessa iässä. Laslettin mukaan tämä tarkoittaa sitä, että ihmisillä on yli 50 % mahdollisuus siihen, että kolmas ikä toteutuu ja he yltävät siihen. (Laslett 1989, 77–78.)

Edellä esiteltyjen väestötieteellisten muutosten takana on monimutkainen kansainvälinen ja kansallinen kehitys, joka on mahdollistanut eliniän pitenemisen ja hyvinvoinnin lisääntymisen. Kehitys juontaa juurensa huomattavasti 1950-lukua pidemmälle, teollistumiseen ja sitä kautta alkaneeseen vaurastumiseen, modernisoitumiseen, sekä yhteiskuntien laajaan ja monipuoliseen muutokseen ja kehitykseen. (Laslett 1989, 24–76; Zickar 2012, 12–16.) Väestötieteellisten muutosten lisäksi on tarvittu myös yhteiskunnallisia muutoksia esimerkiksi asenteissa ja yhteiskunnallisissa rakenteissa (Laslett 1989, 91). Kolmannen iän kannalta olennaista oli se, että väestön ikääntyessä yhteiskuntien oli vastattava ikääntyvien hyvinvoinnin turvaamiseen. Aiemmin väestö ei ollut elänyt niin pitkään, että suurimman osan olisi tarvinnut ajatella elämää työnteon jälkeen. Käytännössä työtä tehtiin kuolemaan asti ja jos henkilö ei ollut työkykyinen, vastuu hänestä jäi yleensä perheelle tai jossakin määrin yhteisölle. Historiassa eläköitymisen kaltainen tila oli mahdollista vain harvoille ja erityisessä asemassa oleville. (Zickar 2012, 11; Laslett 1989, 87.) Kun yhä useampi kuitenkin eli pidempään, ikääntyminen toi mukanaan erilaisia fyysisiä, psyykkisiä ja kognitiivisia vaivoja, joiden vuoksi henkilö ei voinut enää jatkaa työelämässä. Samalla teollistuminen, modernisoituminen ja kaupungistuminen oli muuttanut ihmisten elämisjärjestelyitä ja toisaalta yhtä useampi oli palkallisena sekä työsuhteessa ulkopuoliseen tahoon. Nämä muutokset muuttivat myös yhteiskunnallisia asenteita sekä arvoja, jolloin vastuu perheenjäsenistä alkoi siirtyä yhä enemmän perheiltä yhteiskunnalle. Yhteiskuntien oli vastattava ikääntymiseen ja sen mukana tuomiin haasteisiin erilaisten instituutioiden kautta. (Zickar 2012, 11–16.)

Ikääntymiseen, kuten moniin muihinkin yhteiskunnallisiin ilmiöihin on pyritty vastaamaan sosiaaliturvajärjestelmien kautta ja tähän liittyy myös eläköitymisen institutionalisointi (mts. 2012, 11–16). Suomessa sosiaaliturvajärjestelmää alettiin rakentamaan sosiaalivakuutuksen kautta teollistumisen aikana. Yhteiskuntien ja työllisyyden muutos edellytti perinteisen turvarakenteen päivittämistä ja vastuun viemistä yksilöiltä yhteiskunnille. Suomessakin oli sosiaalivakuutukseen liittyviä yksittäisiä ja erinäisiä lakeja jo 1800-luvulla, mutta laaja lakisääteinen sosiaalivakuutus ja sosiaaliturvajärjestelmä rakennettiin Suomessa etenkin maailmansotien jälkeen ja aina 1990-luvun alkuun sekä lamaan asti. Samalla rakentui pohjoismainen hyvinvointivaltio, joka perustuu universalistiseen ajatukseen, vahvaan valtion asemaan turvan järjestämisessä ja pääosin verovaroin rahoitettuihin etuihin ja palveluihin. (Kajanoja 2016, 6–21.)

Sosiaaliturvan järjestämiseen kytkeytyi myös eläkejärjestelmän rakentaminen, joka institutionalisoi eläköitymisen ja turvasi eläköityvien elämän työelämän jälkeen. Suomessa eläketurvan muodostamista kokonaisvaltaiseksi järjestelmäksi yritettiin jo 1860-luvulla, mutta vasta 1937 saatiin aikaan kansaneläkejärjestelmä, jonka merkitys oli kuitenkin todellisuudessa ristiriitainen. 1950-luvulla eläkeikäisen väestön määrä kuitenkin merkittävästi kasvoi ja aiheutti painetta työeläkelain säätämislle vuonna 1961. Tästä alkoi lähes 30 vuotta kestänyt eläkejärjestelmän laajentamisen ja kokoniseläkejärjestelmän kehittämisen, vahvistamisen ja etuuksien parantamisen kausi, joka paransi ikääntyvien ja eläköityvien mahdollisuuksia sekä asemaa. (Eläketurvan historia, 1–13.) 1990-luvun alkupuolella alkanut lama kuitenkin tarkoitti sosiaaliturvamenojen kasvua ja samalla raskaaseen ja kalliiseen hyvinvointivaltioon alkoi kohdistua yhä enemmän kritiikkiä. Tämä on tarkoittanut erilaisten sosiaaliturvajärjestelmien, mukaan lukien eläkejärjestelmän, uudistamista ja leikkauksien tekemistä esimerkiksi etuuksiin tai niiden kattavuuteen. (Kajanoja 2016, 22–25.) Joka tapauksessa sosiaaliturvajärjestelmä ja etenkin suomalainen lakisääteinen eläkejärjestelmä mahdollisti ja mahdollistaa edelleen eläköitymisen ja kolmannen iän siinä muodossa, kuin se nykyään ymmärretään. Toisin sanoen kolmannen iän mahdollistumisessa ja sen tasokkuudessa on otettava huomioon myös kansallinen hyvinvointi ja maiden sosiaaliturvajärjestelmät. Pelkät demografiset edellytykset eivät riitä kolmannen iän olemassaololle, vaan maan tulee olla myös tarpeeksi vauras ja sillä on oltava sellaiset yhteiskunnalliset rakenteet ja sosiaaliturvajärjestelmät, jotka

mahdollistavat eläköitymisen ja kolmannen iän ainakin teoriassa kaikille (Laslett 1989, 91–94).

Tärkeää onkin huomata, että etenkin kulttuuri, arvot ja asenteet määrittävät sitä, miten ikääntymistä ja eläköitymistä tuetaan ja miten ikääntyviin suhtaudutaan. Eläköitymisen ja kolmannen iän mahdollistumiseksi tarvittiin edellä esiteltyjä väestötieteellisiä ja yhteiskunnallisten rakenteiden muutoksia, mutta myös yhteiskunnallisten asenteiden muutosta. (Mts. 85–86.) Tähän liittyy myös se, että vanheneminen itsessään on muuttunut ja niin myös ikääntymistä sekä vanhuksia koskevat asenteet. Asteet myös vaihtelevat aikojen saatossa ja yhteiskunnasta toiseen. (Zickar 2012, 11–16; Laslett 1989, 71–73.) Esimerkiksi ikääntyvien naisten roolin muutos viimeisen seitsemän kymmenen vuoden aikana on ollut huomattava (Laslett 1989, 71–73). Asteet ja niiden muutokset nousevat niin kulttuurisista tekijöistä, kuin yhteiskunnallisten rakenteiden kehityskuluista, sekä toisaalta esimerkiksi työelämän ja työllisyyden muutoksista (Zickar 2012, 11–16; Laslett 1989, 71–73). Toisaalta ikääntyvät myös itse vaikuttavat sosiaaliin rakenteisiin, asteisiin sekä ikääntymistä koskeviin käsityksiin. Näin ollen ikääntymistä voi tukea tai olla tukematta iso joukko sosiaalisia- ja yhteiskunnallisia rakenteita, malleja, normeja, arvoja ja käytäntöjä. Toisaalta nämä kaikki tekijät ovat yhteydessä toisiinsa, sekä jatkuvassa muutoksessa ja niin ovat myös sitä kautta eläköityminen ja kolmas ikä. (Laslett 1989, 71–73.)

## 4 Eläköitymisestä kolmanteen ikään

Edellisten eläköitymistä ja kolmatta ikää käsittelevien lukujen pohjalta nousee kysymys siitä, millaisia konkreettisia vaikutuksia eläköitymisellä on ja millaisena eläköityminen sekä kolmas ikä käytännössä yksilöille näyttäytyvät, ja miten yksilöt eläköitymistä sekä kolmatta ikää käsittävät ja kokevat. Nämä ovat olennaisia kysymyksiä myös tutkielmani tutkimuskysymysten kannalta. Lisäksi olen edellisissä kappaleissa puhunut teorioiden yhteydessä eläköitymisprosessiin sopeutumisesta, jolloin eläköitymisprosessiin ja siihen sopeutumiseen liittyy jonkinlainen oletus sopeutumisprosessin onnistumisesta tai epäonnistumisesta, sekä sen vaikutuksista yksilön elämään ja kokemuksiin.

Sopeutuessaan eläköitymismuutoksiin, eläköityvät sopeutuvat yleensä työroolin ja työhön liittyvien sosiaalisten suhteiden menetyksen muutoksiin ja samalla he pyrkivät uuden työn jälkeisen tyydyttävän elämäntyylin kehittämiseen. Tässä uudessa elämäntilanteessa eläköityvien on nähty pyrkivän psykologiseen hyvinvointiin ja



tyytyväisyyteen elämäänsä liittyen. Näin ollen hyvinvoinnin erilaiset mittarit ovat käytettyjä tukittaessa eläköitymisen vaikutuksia yksilölle ja yksilöiden kolmanteen ikään sopeutumista. (van Solinge & Henkens 2008, 319.) Siksi sopeutumisen tarkasteluun liittyy usein nimenomaan eläköitymisen vaikutusten tutkiminen ja se, miten eläköityneet kokevat eläköitymisen vaikuttavan työn jälkeiseen elämänvaiheeseen ja sitä kautta hyvinvointiin sekä tyytyväisyyteen. (van Solinge 2012, 311–313.)

Hyvinvoinnin ja sopeutumisen käsitteellistäminen ja mittaaminen ei kuitenkaan ole yksiselitteistä ja käsitteiden sekä mittareiden kohdalla on myös paljon vaihtelevuutta, joka heijastuu samalla tuloksiin (mts. 311–313.) Lisäksi, kun eläköityvät pyrkivät uuden tyydyttävän elämäntyylin kehittämiseen (van Solinge & Henkens 2008, 319), siihen usein myös liittyy pyrkimys tietynlaiseen jatkuvuuteen esimerkiksi aiempien elämäntyylien kautta (van Solinge 2012, 313; Atchley 1999, 94–100; von Bonsdorff & Ilmarinen 2012). Kolmatta ikää voidaan myös pitkälti käsittää ja hahmottaa elämäntyylien kautta, jotka kuvaavat ihmisten valintoja ja elämää eläköitymisen jälkeen (Karisto ja Konttinen 2004, 11–20). Näin ollen seuraavissa alaluvuissa on hyvä tarkastella vielä tarkemmin hyvinvoinnin, elämäntyylin ja niihin liittyvien käsitteiden, kuten elämäntavan ja habituksen merkitystä. Sen jälkeen on vielä hyvä tarkastella konkreettisesti sitä, miten eläköityminen vaikuttaa yksilön eläköitymisen jälkeiseen elämänvaiheeseen ja millaisia vaikutuksia sillä voi olla yksilön hyvinvointiin sekä elämäntyyliin ja sitä kautta yksilön kokemuksiin.

Edellä mainittujen asioiden lisäksi tutkielmani kannalta olennaisia yksilökohtaisia tekijöitä ovat sukupuoli ja sosioekonominen asema, jonka kautta eläköitymistä ja kolmatta ikää voidaan tarkastella. Onkin todettu, että eläkkeelle siirtymisessä on havaittavissa eroja näiden kahden tekijän mukaan tarkasteltuna (Järnfeldt, Nivalainen, Salokangas & Uusitalo 2014). Lisäksi sosioekonomisella asemalla ja sukupuolella on merkitystä eläköitymisen jälkeen ja niillä voidaan nähdä olevan vaikutusta esimerkiksi eläköitymisen jälkeiseen elämäntyyliin ja elämänvaiheeseen liittyviin kokemuksiin (Karisto & Konttinen 2004, 27). Keskityn kuitenkin sosioekonomista asemaa ja sukupuolta käsittelevässä alaluvussa eläköitymisessä havaittuihin eroihin ja jätän sukupuolten sekä sosioekonomisten ryhmien välisten eläköitymiseen ja kolmanteen ikään liittyvien kokemuserojen tarkemman tarkastelun analyysilukuun kuusi, jossa käyn aineistoni ja aiemmin tutkimuskirjallisuuden kautta läpi sitä, miten eläköitymistä ja

kolmatta ikää käsitetään sukupuolten ja sosioekonomisten ryhmien osalta, sekä mistä nämä erot tai yhtäläisyydet saattavat johtua.

#### 4.1 Hyvinvoinnin teoriaa

Vaikka hyvinvoinnilla mitataan eläköitymisen vaikutuksia ja etenkin eläköitymiseen sopeutumista, hyvinvoinnin määritelmä ei ole täysin yksiselitteinen ja se voidaan käsittää eri tutkimuksissa hieman eri tavoin ja tämä heijastuu myös tulosten vaihtelevuuteen (van Solinge 2012, 314–315; Karvonen 2019, 97). Lisäksi hyvinvointi määräyty historiallisesti ja se täytyy myös määritellä uudelleen olosuhteiden muuttuessa (Allardt 1976, 17). Erik Allardtin (1976) näkemykset hyvinvoinnista ovat kuitenkin edelleen käyttökelpoisia (Nussbaum & Sen 1993; Lammi-Taskula & Salmi 2014) ja tiivistetysti Allardt (1976, 13, 21) näkee hyvinvoinnin koostuvan elintasosta sekä elämänlaadusta ja hyvinvointi on tila, jossa ihmisellä on mahdollisuus saada keskeiset tarpeet tyydytettyä. Tämän yksilökeskeinen hyvinvoinnin ulottuvuuksien näkökulman lähtökohtana onkin yksilöiden tarpeiden tyydytys. Samalla tarpeiden tyydytys, arvojen toteutuminen ja kuuluminen sosiaalisen yhteyteen tuottaa yksilölle erilaisia hyvinvointiin liittyviä ja vaikuttavia resursseja, jotka myös luovat hyvinvointia. (Mts. 38.)

Hyvinvoinnin toetutumisen arvioimiseksi tarvitaan erilaisia arvoja määrittämään hyvinvointia. Tällöin täytyy määritellä, valita ja päättää hyvinvoinnin ulottuvuudet sekä sille tunnusomaiset piirteet. Tämä edellyttää myös erilaisten arvojen asettamista sen suhteen, mitä pidetään esimerkiksi hyvinä tai huonoina olosuhteina. (Mts. 13–15.) Näin ollen hyvinvointi nousee ihmisten arvoista, toivomuksista, käsityksistä, tarpeista, päämääristä ja tavoitteista, jotka myös liittyvät toisiinsa ja jotka voivat muuttua (mts. 18, 22–25). Kun todetaan että hyvinvointi edellyttää tarpeiden tyydyttämistä, ilmaistaan samalla sosiaalisia arvoja, jotka nekin ovat määrittelykysymys. Yleensä hyvinvointikeskustelussa tarpeet ja arvot tulee liittää yhteiskunnan rakenteeseen ja hyvinvoinnin ulottuvuudet on määriteltävä niin, että ne voidaan liittää sekä inhimillisiin tarpeisiin, että yhteiskuntarakenteen ominaisuuksiin. (Mts. 29–32.)

Hyvinvoinnin osatekijänä elintaso koostuu aineellisista ja persoonattomista resursseista, joiden avulla yksilö voi ohjailla erilaisia elinehtojaan. Tarkemmin ottaen elintaso on tiettyä aikana tarjottujen tavaroiden ja palvelusten virralla aikaansaatu tarpeiden tyydytyksen taso. Tällaiset tarpeet koskevat esimerkiksi tuloja, asuntoa ja työllisyyttä. Elintasoon liittyvällä elämänlaadulla sen sijaan tarkoitetaan ihmisten välisiin suhteisiin,

sekä ihmisten ja yhteiskunnan sekä luonnon välisiin suhteisiin ja suhteiden laatuun perustuvaa tarpeentyydytystä. Verrattuna elintasoon, elämälaatu tarkoittaa tarpeentyydytystä, jota ei ole määritelty ensin mainittujen aineellisten ja persoonattomien resurssien perusteella (mts. 32–36) ja termillä on haluttu täsmentää, että hyvinvointiin sisältyy muitakin kuin aineellista hyvää (mts. 18).

Hyvinvoinnin aste taas määräytyy tarpeentyydytyksen asteen mukaan ja kyse on silloin perustarpeista, joiden tyydyttymättä jääminen merkitsee huonoja olosuhteita ja huonoa hyvinvointia. Hyvinvointiin liittyy myös onni, joka koostuu ihmisten subjektiivisista elämyksistä ja tunteisista. Näin ollen onnellisuuden aste riippuu siitä, kuinka onnelliseksi ihmiset itsensä kokevat ja tuntevat. Onnellisuus on tietenkin yhteydessä hyvinvoinnin tasoon, mutta voidaan ajatella, että hyvinvointi on objektiivisempi ja pysyvämpi asia kuin onnellisuus. (Mts. 32–33.) Ylipäätään hyvinvointi ja sen osatekijät voivat olla subjektiivisia ja objektiivisia ja niitä voidaan myös mitata subjektiivisesti tai objektiivisesti. Mittaaminen ei kuitenkaan ole helppoa tai yksiselitteistä. (Allardt 1976, 26, 45; Allardt 1993, 88–94.) Joka tapauksessa subjektiivisen hyvinvointi ja perustuu ihmisen omiin kokemuksiin, käsityksiin, ja arvoihin hyvinvoinnin eri osa-alueista sekä niiden kokonaisarvota (Karvonen 2019, 97, 100), ja voidaan myös käsittää tyytyväisyyden tai onnellisuuden kautta. Hyvinvointi riippuu elinoloista, sekä yksilön kyvyistä ja mieltymyksistä, joiden pohjalta hän hyvinvointia tavoittelee ja tuottaa. (Mts. 96.) Subjektiivista tai koettua hyvinvointia mitataan usein myös elämänlaadun kautta, johon vaikuttavat edellä mainitut yksilön resurssit, odotukset, ajatukset ja kokemukset hyvästä elämästä (Tuominen 2008, 15–17).

Allardtin hyvinvoinnin ulottuvuudet jakautuvat kolmeen, jotka ovat elintaso (eng. having), yhteisyysuhteet (eng. loving) ja itsensä toteuttaminen (eng. being). Nämä perusluokat on määritelty erilaisten tarpeentyydytysten vaatimusten mukaan. Ulottuvuuksien kohdalla tarpeiden tyydytys edellyttää erilaisia resursseja, mutta tyydytetyt tarpeet ovat myös usein itsessään resurssi, joka edistää yksilöiden muiden tarpeiden tyydyttämistä. Tiedyt tarpeet ovat siis sellaisia, että niiden tyydytys on määritelty yksilön omistamien tai hallitsemien resurssien avulla. Muiden tarpeiden tyydytys, kuten rakkaus tai solidaarisuus, sen sijaan on määritelty sen perusteella, kuinka ihmiset käyttäytyvät suhteessa muihin ihmisiin. Kolmannen tyypin tarpeiden tyydytys sen sijaan on määritelty sen perusteella, mitä ihminen on suhteessa yhteiskuntaan, eli ne ovat pääasiassa itsensä toteuttamisen tarpeita. (Allardt 1976, 37–38.)

Elintason tarpeiden kohdalla tärkeiksi nousevat fysiologiset tarpeet, kuten ravinto, neste, lämpö, ilma sekä perusmäärä turvallisuutta. Perustarpeita voidaan määritellä ja jaotella vielä edelleen hienojakoisemmin ja tarkemmin. Ihmisillä on myös paljon muita perustarpeiksi katsottuja tarpeita, kuten terveys, koulutus, työllisyys, asuinolot, ihmisoikeudet ja esimerkiksi virkistytminen. Niitä voidaan luokitella myös esimerkiksi fysiologisiin perustarpeisiin, turvallisuuden, rakkauden, arvonannon ja itsensä toteuttamisen tarpeisiin. Joka tapauksessa elintason osatekijät ilmaisevat sen mitä kaikki ihmiset tarvitsevat ja niiden tyydyttämiseen tarvittavat toimintaresurssit ovat tärkeitä, ja ne vaikuttavat eri tavoin hyvinvointiin. (Allardt 1976, 39–40, 44; Allardt 1993, 88–94.)

Yhteisyyssuhteisiin viittaava ulottuvuus käsittää ihmisten tarpeen olla yhteydessä muihin ihmisiin ja ihmiset luovat erilaisia suhteita sekä osallistuvat yhteiskunnan toimintoihin. Ihmisillä on esimerkiksi tarve solidaarisuuteen, toveruuteen ja ylipäättään terve kuulua jäsenenä sosiaalisten suhteiden verkostoon. Yhteisyyssuhteet ovat myös tärkeitä resursseja, jotka auttavat toteuttamaan muita tarpeita. Lisäksi yhteisyyssuhteet edellyttävät yksilöiltä ymmärrystä, kykyä asettua toisen asemaan sekä yhteistä kieltä, jolla asioita ilmaistaan. (Allardt 1976, 46–47; Allardt 1993, 88–94.)

Hyvinvoinnin osana itsensä toteuttaminen viittaa tarpeeseen kiinnittyä yhteiskuntaa ja elää tyydyttävää elämää. Tähän vaikuttavia tekijöitä on esimerkiksi kokemukset henkilökohtaisesta kasvusta, mahdollisuudet vapaa-ajan toimintoihin ja merkitykselliseen työhön, sekä mahdollisuudet nauttia erilaisista elämän osa-alueista. Siihen kuuluvat myös yksilön pitäminen persoonana, se että yksilö saa osakseen arvontoa, ja että yksilöllä on mahdollisuuksia poliittiseen osallistumiseen, eli mahdollisuuksia vaikuttaa elämäänsä, saada ongelmansa käsiteltyksi ja mahdollisuus vaikuttaa poliittisiin päätöksiin. (Allardt 1976, 46–47; Allardt 1993, 88–94.)

Elintaso, yhteisyyssuhteet ja itsensä toteuttaminen sekä muut hyvinvoinnin osatekijät vastaavat tärkeitä tarpeita, jotka liittyvät olennaisesti hyvinvoinnin toteutumiseen. On tärkeää kuitenkin muistaa, että hyvinvoinnin osatekijät ovat jakautuneet epätasaisesti. (Allardt 1976, 328.) Lisäksi on olennaista huomioida, että vaikka taloudellispoliittinen järjestelmä on tärkeä hyvinvoinnin taustatekijä (mts. 16), hyvinvointi ei ole vain yhteiskunnallisista ja poliittista rakenteista annettua, vaan yksilö aktiivisesti vaikuttaa hyvinvointiinsa valitsemalla toimintavaihtoehtoja ja tekemällä päätöksiä. Lisäksi yksilöiden hyvinvointiin vaikuttaa myös lukuisat yllättävät seikat, kuten läheisten

kuolema, tapaturmat, alttius houkutuksille tai työttömyys. Myös yksilön menneisyys vaikuttaa hyvinvointiin (Mts. 328–330.), kuten elämänkulkuteoria olettaa.

#### 4.2 Elämäntapa, elämäntyyli ja habitus

Elämäntyylin kautta voidaan kuvata myös kolmatta ikää (Karisto & Konttinen 2004, 17–19.), sillä elämäntyyli voidaan nähdä ihmisen elämää kuvailevana käsitteenä, joka yleensä perustuu ihmisten pintakäyttäytymiseen ja sen erilaisiin osiin, kuten harrastuksiin, ajankäyttöön, asenteisiin tai kulutukseen. Elämäntapa eroaa hieman elämäntyylistä, koska se on pysyvämpi sekä kokonaisvaltaisempi perusta. (Mts. 17–19.) Elämäntapa yleensä kuvaa ihmisen arkitodellisuutta ja siinä tapahtuvaa toimintaa, ja se voidaan ymmärtää arkielämän jäsentyneenä kokonaisuutena (Allardt 1986, 12). Elämäntapa on siis ihmisen sisäistämisen toiminnan, ajatusten ja tunteiden ja niitä koskevien taipumusten järjestelmä. Lisäksi elämäntapa on subjektiivinen järjestelmä, vaikka siihen vaikuttavatkin esimerkiksi yhteiskunta, talous ja kulttuuri, jotka ovat elämäntavan keskeisiä edellytyksiä. Elämäntapa voidaankin käsittää tapana elää ja se muodostaa elämän näkyvän rungon ja sitä jäsentävän toimintalinjan. (Roos 1986, 37.) Lisäksi elämäntavasta puhuttaessa voidaan tarkoittaa yksilöiden, sukupuolen, tietyn sosiaalisen ryhmän tai yhteiskuntaluokan, perheen tai esimerkiksi sukupolven elämäntapaa. Tällöin elämäntapa on yhteydessä etenkin ihmisten elämänhistoriaan, habitukseen sekä toimintaan. Voidaan myös ajatella, että elämäntapa ilmentää kulttuuria ja on sen luomissa puitteissa mahdollinen elämän jäsentämisen tapa. (Mts. 38.)

Valinnat liittyvät elämäntapaan ja ihmisen sosiaalinen valintakäyttäytyminen voidaan selittää eri tavoin. Samalla ihmisten arkisia päätöksiä, kuten vapaa-ajanviettotapoja ja kulutushyödykkeiden valintaa voidaan tarkastella eri tavoin. Valintojen voidaan nähdä olevan osa elämäntapaa tai ne voivat perustua harkintaan tai olla muodin ilmentymiä. Toisin sanoen elämäntapa, harkinta ja muoti edustavat ihmisten valintoja kuvaavia selitysmalleja. Esimerkiksi muoti valintojen selityksenä viittaa siihen, että ihmiseen vaikuttavat ulkoiset tekijät, joiden vaikutusten alainen hän on. Muotia leimaa ailahtelevuus ja irrationaalisuus, kun taas harkintaan nojaavat selitykset viittaavat siihen, että ihminen harkitsee ja etsii erilaisia vaihtoehtoja, hänellä on valinnan kriteereitä ja hän toimii jollakin asteella rationaalisesti. (Allardt 1986, 1–14.) Harkintaan perustuvat selitykset näkevät, että yksilö toimii maksimoidakseen etujaan tai minimoidakseen kustannuksia saatavilla olevien tietojen perusteella. Teoriat toisin sanoen näkevät, että yksilöt toimivat elämäntavan mukaisesti vain, kun elämäntapaan mukautumisesta on

heille enemmän hyötyä kuin kustannuksia. Elämäntapaan nojaavat selitykset taas olettavat ihmisen noudattavan sisäistyneitä tottumuksiaan sekä tapojaan, jolloin käyttäytyminen perustuu tiettyjen ihmisryhmiin kuuluvien henkilöiden taipumuksiin, eli Pierre Bourdieun käsitteen mukaisesti habituksiin toimia tietyllä tavoin. (Mts. 29.) Tottumukset eivät selity ihmisestä toiminnasta ulkoisilla syillä, tavoitehakuisuudella tai rationaalisella harkinnalla. Ihmiset ennemminkin seuraavat tottumuksiaan ja tapoja hyvin automaattisesti, vaikka toisaalta niiden muuttaminenkin on mahdollista. Joka tapauksessa tavat ja tottumukset ovat keskeisiä yksilöille, ryhmille ja yhteiskunnille ja ne muodostavat järjestelmiä ja näin ollen elämäntapoja. (Mts. 1–8.)

Valinta tai valinnan tulos voi olla siis osa elämäntapaa, se voi perustua harkintaan tai se voi olla seurausta muodin seuraamisesta. Elämäntavat, harkinta ja muoti ovat sosiaalisia ilmiöitä ja yleensä ihmiset noudattavat jossakin määrin niitä kaikkia. (Mts. 30–31.) Niiden voidaan ajatella muodostavan kolminaisuuden, jossa elämäntapaa leimaa tiedostamattomuus ja pysyvyys, muotia ailahtelevuus ja irrationaalisuus ja harkintaa rationaalisuus ja tietoisuus (mts. 1–8). Niiden keskelle voidaan sijoittaa elämäntyyli, joka on hyvin lähellä elämäntapaa, mutta siihen vaikuttavat myös rationaalisuus ja muoti (Karisto & Konttinen 2004, 19). Elämäntapa jäsentyy toimintojen ja niiden arvostusten kautta, kun taas elämäntyyliä jäsenämme kuluttamalla ja esimerkiksi pukeutumalla ja se on helpommin muuttuvaa. Elämäntyyli on elämäntapaa kevyempi, arkisia toimintoja ja lähinnä kulutusta kuvaava käsite. (Roos 1986, 38–39.)

Myös edellä mainitsemamme habituksen voidaan ajatella osaltaan selittävän elämää (mts. 38). Se tarkoittaa yhteiskunnassa vallitsevien toiminta-, ajatus- ja tunnepositioiden jäsentynyttä järjestelmää ja tämä järjestelmä on melko vakaa sekä hitaasti muuttuva. Habitus antaa sosiaalista merkitystä eri ryhmien toiminnalle ja sitä ei voida selittää ainoastaan sosiaalisista normeista tai sosioekonomisesta asemasta käsin. (Allardt 1986, 12.) Habituksen, elämäntavan ja elämäntyylin välinen suhde voidaan ymmärtää siten, että habitus määrää niitä valintoja, joiden kautta ihmisten näkyvissä oleva elämä muodostuu. Habitus myös ohjaa ihmisten arvostusta eri elämäntapojen suhteen, sillä ihmisen luokka-asemaan vaikuttavat hänen asemansa tuotantosuhteiden järjestelmässä ja muilla keskeisillä sosiaalisilla kentillä. Historiallinen kokemuksen eli habituksen mukaan ihmiset pyrkivät toimimaan sosiaalisilla kentillä vahvistaakseen ominaisuuksiaan eli pääomiaan, jotka eri kentillä ovat arvokkaita. Näin ihminen pyrkii voittojen maksimointiin ja pääoman kasaamiseen. Tämän ihmiset ovat sisäistäneet edellä

mainituksi habitukseksi eli niin sanotuksi asenteiden ja suhtautumistapojen järjestelmäksi. (Roos 1986, 44–45.) Habituksen voidaankin ajatella olevan elämäntavan näkymätön perusta, joka liittyy kulttuuriin. Se koostuu melko pysyvistä ja sisäistetyistä havaitsemisen, arvottamisen, käyttäytymisen ja toiminnantavoista ja ovat usein näin ollen myös tiedostamattomia. Habitus tulee näkyväksi esimerkiksi asenteissa, valinnoissa, arvoissa, tavoissa, tyyliä, maussa ja puhutavassa. Samalla tietty habitus on tietylle ryhmälle tyypillistä ja yhdistää ryhmän jäsenten elämäntapojä. Esimerkiksi tiettyyn sosioekonomiseen asemaan kuuluvat omaavat samankaltaista habitusta. (Leskinen & Soronen 2006, 2.)

Edellä mainitut pääomat saadaan oman perhetaustan, koulutuksen, sekä kentillä käytävien kamppailuiden kautta (Roos 1986, 44–47). Bourdieun mukaan sosiaalinen maailma muodostuu erilaisista kentistä, joiden hallinnasta ja sääntöjen määrittelyistä ihmiset kamppailevat. Kentillä tavoitellaan erilaisia panostuksia ja sijoituksia, jotka myös määrittävät kenttiä. Näitä voivat olla esimerkiksi kulttuuriset hyödykkeet, koulutus, työ, valta ja asuminen. Kentillä vallitsee myös oma sisäinen toimintalogiikka, jonka perusteella kentät erottuvat toisistaan. (Leskinen & Soronen 2006, 2.) Kentillä tapahtuva kamppailu tapahtuu sääntöjen määrittelyn, noudattamisen ja uudistamista koskevan symbolisen taistelun kautta. Taistelu on myös luokitustaistelua eri asioiden sekä ryhmien ja niiden arvon suhteen. (Roos 1986, 45–47.) Sosiaaliset ryhmät pyrkivät säilyttämään, muutamaa tai lisäämään pääomaansa erilaisten reproduktiostrategioiden avulla. Pääomien päätyypit ovat taloudellinen ja symbolinen. Symbolisen pääoman tärkeimmät alalajit ovat vielä kulttuurinen ja sosiaalinen pääoma. Kulttuurinen pääoma koostuu habitukseen sisältyvistä makutottumuksista. (Allardt 1986, 12; Leskinen & Soronen 2006, 2.) Pääomien keräämisen ja erottumisen taustalla vallitsee tietyn ryhmän, kuten sosioekonomisen ryhmän, sisäistämät elämäntavalliset asenteet ja suhtautumistavat ja tämä kokonaisuus muodostavat niin kutsutun habituksen (Leskinen & Soronen 2006, 2).

Maku taas on tunnusomaisen elämäntyylin merkittävä osatekijä ja luokittelujärjestelmä, jonka avulla käytännöt, asiat ja esineet pyritään erottelemaan. Maku määrittää sitä, että valinnat ovat yhteensopivia elämäntyylin kanssa ja eri ryhmillä on erilaisia makuja. Pyrkimys on myös erottua muista ryhmistä ja kulttuuriset hyödykkeet ja käytännöt vaihtelevat esimerkiksi ihmisen sosioekonomisen aseman mukaan. Ihmiset myös pyrkivät hyödyntämään erilaisia pääomiaan mahdollisimman hyvin, jotta he erottuvat omalla tyyllillään ja maullaan muista. (Mts. 2.) Symboliset toimintamuodot eli niin sanotut

elämäntyyli ovat hyvin keskeisiä luokkien erottelijoita ja niiden mukaan eri luokat erottuvat toisistaan. Maku määrittää tätä erottautumista ja sen kautta määritellään sitä, mikä on ”oikeaa makua” tai vain ”välttämättömyyttä”. (Roos 1986, 45–47.) Toisin sanoen erilaisten habitus- ja makuerojen tulisi näkyä myös esimerkiksi eläköitymisen jälkeen sosioekonomisten ryhmien valinnoissa ja elämäntyyliissä.

Yksilön elämäntapaan vaikuttavat ja sitä rajaavat elinolosuhteet ja elämänhistoria, johon taas myös kulttuuri vaikuttaa. Näin elämäntapa heijastaa yksilöiden elämässä kulttuurisia pohjavirtoja. On kuitenkin tärkeää huomioida, että ihmiset samalla muokkaavat näitä pohjavirtoja valinnoillaan. Elämäntapa on yksilön keskeisten elämänhistorian vaiheiden ja elämäntapahtumien sekä kulttuuristen määreiden yhteen kietoutuma ja tähän liittymään kuuluu myös edellä kuvattu habitus. (Mts. 40–41.) Samalla kulttuuri on merkkijärjestelmä, jota ihmiset käyttävät ja käytön kautta tuottavat ja uudistavat. Tällöin myös pääomien arvo ja merkitys voi vaihdella. (Leskinen & Soronen 2006, 2.) Maut myös kehittyvät ja muuttuvat ajan saatossa ja toisaalta niissä on jäänteitä historiallisista ajoista (Allardt 1986, 12).

#### 4.3 Hyvinvointi ja elämäntyyli eläköitymisen sopeutumisprosessissa

Käytännössä eläköitymisen vaikutukset hyvinvointiin ja elämäntyyliin näkyvät siinä, että eläköityminen tarkoittaa usein ensisijaisesti muutoksia eläköityvän joka päiväiseen aktiivisuuteen ja ajankäyttöön, sosiaalisiin suhteisiin ja verkostoihin, sekä taloudellisiin tuloihin. Samalla eläköityminen edellyttää sopeutumista näihin muuttuviin olosuhteisiin ja samalla muutokset voivat vaikuttaa eläköityvän lähipiiriin ja vaatia myös heiltä sopeutumista. Muutokset voivat luonnollisesti vaikuttavaa eläköityvän hyvinvointiin ja siihen liittyviin kokemuksiin, mutta vaikutukset ovat aina yksilöllisiä ja riippuvat myös henkilön erilaisista käytössä olevista resursseista. (van Solinge 2012, 311–316.) Esimerkiksi erilaiset henkilökohtaiset psykologiset resurssit auttavat käsittelemään elämänmuutoksia ja sopeutumaan uuteen, kun taas paremmat taloudelliset resurssit ja terveys edistävät henkilön erilaisia toimintamahdollisuuksia ja mahdollistavat tietyn elämäntyylin ylläpitämisen. Toisaalta myös muutokset resursseissa, eli resurssien mahdollinen väheneminen eläköitymisprosessin aikana, vaikuttaa eläköitymiseen sopeutumiseen ja uuden elämänvaiheen ylläpitämiseen sekä koettuun hyvinvointiin ja tyytyväisyyteen. Toisaalta eläköitymiseen sopeutumiseen ja sen jälkeiseen tyytyväisyyteen ja hyvinvointiin vaikuttavat paljon myös tilannekohtaiset tekijät, kuten eläköitymisen vapaaehtoisuus tai perhesuhteet. (Mts. 315–318.)



Joka tapauksessa moni odottaa eläköitymistä ja monelle se näyttäytyy positiivisena elämänvaiheena. Jotkut näkevät sen rentoutumisen, matkustamisen, läheisten kanssa vietetyn ajan ja mieleisten harrastusten ja muiden aktiviteettien täyttämänä ajanjaksona. Aina eläköityminen ei kuitenkaan näyttäydy sellaisena kuin eläköityvät sen etukäteen kuvittelivat. Etenkin eläköityvät, joilla ei ole varsinaisia konkreettisia eläköitymissuunnitelmia, voivat kokea itsensä tylsistyneeksi, jopa masentuneeksi. (Butricia & Schaner 2005, 1–4.) Suurimalle osalle ihmisistä eläköityminen kuitenkin näyttäytyy positiivisena muutoksena sekä elämänvaiheena, ja esimerkiksi Kariston ja Konttisen (2004, 55) tekemässä tutkimuksessa Suomessa eläkkeelle jäävistä ja eläköityneistä 77 %:lle eläköityminen oli mieluisa kokemus. Vain noin yhdeksäntoista prosenttia koki eläköitymisen epämieluisana ja loput neljä prosenttia suhtautui siihen neutraalisti. Monet myös kokivat, että eläköitymisen jälkeen heillä on vapautta ja autonomiaa erilaisiin asioihin ja eläköityminen on hyvää aikaa toteuttaa omia mielenkiinnonkohteita ja harrastuksia. (Mts. 100–101.)

Eläköityminen voi tuntua yksilölle joko menetykseltä ja vaikuttaa negatiivisesti hyvinvointiin, tai se voi olla positiivinen saavutus ja vaikuttaa myönteisesti hyvinvointiin. Tähän vaikuttavat esimerkiksi työhön liittyvät tekijät, kuten työolosuhteet, sosiaalinen ja psykologinen sitoutuminen työhön, sekä eläköitymisen vapaaehtoisuus. Nämä tekijät vaikuttavat myös eläkkeelle sopeutumiseen ja eläköitymisen vaikutuksiin. Esimerkiksi työn fyysinen rasittavuus, henkinen kuormittavuus, työmäärä ja vaatimukset voivat saada eläköitymisen näyttämään houkuttelevalta. Vaativasta ja stressaavasta työstä eläköityminen voi vaikuttaa hyvinvointiin myönteisesti, kun taas kannustavana ja haastavana koetun työn jättäminen voi aiheuttaa negatiivisia kokemuksia. (van Solinge 2012, 318.)

Työn ominaisuuksien lisäksi työntekijän sosiaalisella ja psykologisella sitoutumisella työhön voi olla merkittäviä vaikutuksia eläköitymiseen sopeutumisessa (mts. 318). Kuten rooliteoria olettaa, työntekijän työroolin vahvuus voi vaikuttaa eläköitymiseen ja sen jälkeiseen hyvinvointiin (Wang 2007, 456). Ne, jotka ovat vahvasti sitoutuneet työhönsä ja joille työrooli tai -roolit ovat tärkeä osa identiteettiä, eläköityminen voi olla ahdistava kokemus ja aiheuttaa hyvinvoinnin alenemista. Jos taas yksilöllä on vahvat muihin elämänosa-alueisiin liittyvät roolit ja esimerkiksi työhön liittyvät tekijät ovat negatiivisia ja työntävät eläköitymään, henkilö voi pitää eläköitymistä erittäin myönteisenä asiana ja kokemuksena. (van Solinge 2012, 312–313; Wang 2007, 456.)

Myös ihmisten arvoilla ja odotuksilla on merkitystä, ja eläköityvien kyvyt ja mahdollisuudet tavoitella eläköitymiselle asetettuja tavoitteita ja unelmia voivat merkittävästi vaikuttaa eläköitymiseen liittyvään tyytyväisyyteen ja hyvinvointiin (Butricia & Schaner 2005, 1–4). Tähän taas vaikuttavat erilaiset resurssit, kuten talous ja terveys, jotka voivat edistää tavoitteiden ja unelmien saavuttamista tai olla niille esteenä.

Eläkkeellä esimerkiksi tulot laskevat, koska eläke on ansiotuloja pienempää. Suomessa eläkeläisten toimeentulo on kuitenkin ollut verrattain hyvää ja esimerkiksi eläkeläisten köyhyys ei ole yleisempää kuin muilla väestöryhmillä. (Tuominen 2008, 25.) Subjekttiivisten kokemusten mukaan kuitenkin jopa puolet eläkeläisistä koki vuonna 2017 jonkinlaisia toimeentulo vaikeuksia arkisten menojen kattamisessa. Toisaalta yli puolet kokivat toimeentulon olevan riittävää tai menojen kattamisen kohtuullisen helppoa. Joka tapauksessa noin kaksikymmentä prosenttia eläkeläisistä oli joutunut tinkimään välttämättömyyskuluista, kuten terveydenhuollosta ja lääkkeistä. Noin yhdeksän prosenttia raportoi vakavista toimeentulovaikeuksista. Etenkin pienet tulot ja terveysongelmat nähtiin olevan yhteydessä toimeentulovaikeuksiin. (Ahonen, Palomäki & Polvinen 2018, 49–53.) Tuloilla ja varallisuudella on luonnollisesti vaikutus siihen, minkälaisia kulutusvalintoja ihmiset voivat tehdä ja minkälaiseen elämäntyyliin heillä on varaa (Karisto & Konttinen 2004, 33–34).

Tulojen ohella terveysongelmat voivat laskea hyvinvointia ja estää erilaisten aktiviteettimahdollisuuksia ja vaikuttaa erilaisiin vapaa-ajansuunnitelmiin ja sitä kautta myös elämäntyyliin (van Solinge 2012, 317; Syse, Veenstra, Furunes, Mykletun & Solem 2015, 119–121.). Samalla terveys on myös yksi tärkein resurssi ja arvo mitä ihmisillä on. Yleensä puhutaan fyysisestä ja psyykkisestä terveydestä ja usein ihmisten omakohtainen kokemus terveyden eri ulottuvuuksista on tärkeä. (Karisto & Konttinen 2004, 38.) Usein eläköityneet raportoivat etenkin henkisen terveyden ja hyvinvoinnin paranemista, verrattuna työssä oleviin ja yleensä eläköityvillä on enemmän aikaa keskittyä terveyden hoitamiseen ja ylläpitämiseen. Toisaalta havainnot eivät koske aivan kaikkia. Eläköitymisen vaikutukset terveyteen ovatkin ristiriitaisia ja riippuvat vahvasti muista tekijöistä, kuten henkilön lähtökohdista, työhön liittyvistä ominaisuuksista tai elämäntapa- ja terveysvalinnoista eläköitymisen jälkeen. Terveys vaikuttaa myös ajankäyttöön ja aktiivisuuteen ja sitä kautta myös elämäntyyliin. (Syse ym. 2015, 119–121.)

Merkittävä eläköitymistä johtuva muutos on vapaa-ajan lisääntyminen, joka yleensä tarkoittaa ajankäytön ja aktiviteettien uudelleen järjestämistä (van Solinge 2012, 317). On myös nähty, että aktiivisuus ja osallistuminen erilaisiin aktiviteetteihin lisää tyytyväisyyttä eläköitymiseen ja helpottaa siihen sopeutumista. Aktiviteetit muun muassa tuovat sisältöä ja jatkuvuutta päivittäiseen arkeen. (Butrica & Schaner 2005; Dorfman 2012, 349–350.) Riippumatta esimerkiksi iästä, sukupuolesta, etnisestä taustasta, siviilisäädystä, koulutuksesta, terveydestä tai tuloista, eläkeläiset, jotka osallistuvat erilaisiin aktiviteetteihin, ovat todennäköisemmin tyytyväisiä elämäänsä (Butricia & Schaner 2005, 1–4). Erilaiset aktiviteetit ja ajankäyttötavat antavat ihmiselle myös merkityksellisyyden ja saavutusten tunteita (Dorfman 2012, 339–340). Toisaalta, jos henkilöllä ei ollut juurikaan muita aktiviteetteja kuin hoivan antaminen läheisille, se laskee tyytyväisyyttä eläkkeellä oloon (Butricia & Schaner 2005, 3–4). Toisaalta vapaa-ajanvalinnat määrittävät myös ihmisten elämäntyyliä (Karisto & Konttinen 2004, 38) ja erilaiset henkilökohtaiset tekijät, kuten sukupuoli, terveys, sosioekonominen asema vaikuttavat vapaa-ajan aktiviteetteihin ja mahdollisuuksiin eläköitymisen jälkeen (Dorfman 2012, 339–340).

Työstä pois jäämisen vuoksi yleensä myös sosiaaliset verkostot muuttuvat ja esimerkiksi työyhteisö ja työkaverit jäävät pois. Myös puoliso ja parisuhteenlaadulla on vaikutusta eläköitymiseen sopeutumisessa ja tyytyväisyydessä eläköitymiseen. Puoliso voi tuoda seuraa ja sosiaalista tukea, joka yleensä helpottavat sopeutumista. Myös muut olosuhteet, joissa eläköityminen tapahtuu, vaikuttavat eläköitymiseen sopeutumisessa ja sen jälkeiseen elämäntilanteen tyydyttävyyteen. (van Solinge 2012, 317–318.) Esimerkiksi oma tai puolison sairastuminen voi muuttaa suunnitelmia ja tyytyväisyyttä eläköitymiseen (Butricia & Schaner 2005, 1–4). Lisäksi, Jos eläköityminen ei ole vapaaehtoista, sen on nähty aiheuttavan sopeutumisongelmia ja vaikuttavan negatiivisesti terveyteen ja hyvinvointiin. Ihminen ei esimerkiksi äkillisissä ja yllättävissä tilanteissa välttämättä ehdi käymään läpi ennakoivaa prosessointia. Toki ihmisen muilla henkilökohtaisilla psyykkisillä ominaisuuksilla ja taipumuksilla on merkitystä siinä, kuinka hyvin ihminen käsittelee elämänmuutoksia ja sopeutuu niihin. (van Solinge 2012, 318–319.)

#### **4.4 Sosioekonominen asema ja sukupuoli osana eläköitymistä**

Tässä tutkielmassa sukupuolista puhuttaessa tarkastelemme vain miehiä ja naisia, koska aineistossa kaikki vastaajat ovat merkinneet sukupuolekseen jommankumman. Sukupuoli

voidaan kuitenkin määritellä eri näkökulmista käsin (Sukupuoli). Biologisella sukupuolella viitataan ihmisen syntymässä määriteltyyn sukupuoleen, joka ihmisillä nähdään olevan biologisen ja ruumiillisen määrittelyn kautta. Yleensä tätä vahvistetaan juridisella sukupuolella, joka on ihmisen laillinen sukupuoli ja ilmenee esimerkiksi henkilötodistuksessa. Mies ja nainen ovat juridisesti ainoat sukupuolet Suomessa. Sosiaalinen sukupuoli voidaan määritellä erilaisten sukupuoliroolien, odotusten ja merkitysten kautta. Sukupuoli-identiteetillä taas tarkoitetaan henkilön omaa kokemusta sukupuolesta ja sitä voidaan ilmaista eri tavoin. (Sukupuoli.)

Myös henkilön sosioekonominen asema koostuu useammasta eri tekijästä ja sitä voidaan tarkastella hieman eri näkökulmista käsin (Uusitalo & Järnfelt 2014, 15). Yleensä sen kuitenkin kastostaan muodostuvan henkilön pääasiallisesta toiminnasta, ammatista, ammattiasemasta, toimialasta ja tuloista (Käsitteet: sosioekonominen asema; Uusitalo & Järnfelt 2014, 13). Yleisesti ottaen sosioekonominen asema kuvaa henkilön asemaa yhteiskunnan rakenteellistoiminnallisissa järjestelmissä ja sosioekonomiset erot kuvaavat aineellisten ja aineettomien resurssien, sekä esimerkiksi taloudellisten ja sosiaalisten riskien jakautumista erilaisten väestöryhmien, eli sosioekonomisten ryhmien kesken (Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16).

Sosioekonominen asema voidaan luokitella erilaisiksi tarkemmiksi luokiksi tai ryhmiksi. Tilastokeskus luokittelee sosioekonomiset asemat vuoden 1989 mukaisesti yrittäjiin, ylempiin toimihenkilöihin, alempiin toimihenkilöihin, työntekijöihin, opiskelijoihin, eläkeläisiin ja muihin. Nämä luokat pitävät sisällään vielä tarkemmin eroteltuja ammattiluokkia tai ammattiasemia. (Sosioekonominen asema 1989.) Käytössä on myös uudempi vuoden 2010 ammattiluokitus, jonka mukaan sosioekonomiset luokat on järjestetty esimerkiksi työvoimatutkimuksessa (Sosioekonomisen aseman luokitus työvoimatutkimuksessa). Periaatteessa molemmat luokitukset pitävät sisällään samoja ammattiasemia koskevia tietoja, mutta vuoden 1989 luokitus painottaa ammattiaseman lisäksi pääasiallista toimintaa, eli sitä onko henkilö työssäkäyvä, opiskelija, tai eläkeläinen. FIREA-hankkeessa ihmisten ammattiasema on luokiteltu vuoden 2001 ammattiluokituksen mukaan, joka on periaatteessa sama kuin vuoden 2010-luokitus (ks. Ammattiluokitus 2001 & Ammattiluokitus 2010). Tutkielmassa nojaudumme vuoden 2010 ammattiluokitukseen sosioekonomisesta asemasta (ks. liite 1), jotta voimme tarkastella aineistoa yhtenevän luokituksen mukaan. Lisäksi kyseisessä luokituksessa ammattiryhmät on laitettu hierarkkiseen järjestykseen, joka kuvastaa niiden

sosioekonomista asemaa, jolloin voimme puhua ammattiryhmien sijasta suoraan sosioekonomisesta asemasta tai luokasta (Luokituksen kuvaus).

Sosioekonomisen aseman vaikutus eläköitymiseen ja ylipäättään ihmisen elämään on monimuotoinen prosessi. Sosiaalisen aseman on nähty periytyvän, eli henkilön perhetaustalla, kasvuympäristöllä, elinoloilla ja vanhempien sosioekonomisella asemalla on vaikutusta lapsen sosioekonomiseen asemaan aikuisena (Härkönen 2010, 51–66). Sosioekonominen asema vaikuttaa etenkin ihmisen koulutukseen, työhön ja sitä kautta palkkaan ja takaisin sosioekonomiseen asemaan (Härkönen 2010, 51–66; Naumanen ja Silvennoinen 2010, 67–88). Toisin sanoen vanhempien sosioekonominen asema vaikuttaa heidän jälkeläistensä koulutuksen pituuteen ja koulutusasteeseen. Mitä ylemmältä sosioekonomisesta asemasta henkilö tulee, sitä korkeampi hänen koulutuksensa todennäköisesti on. Koulutus taas vaikuttaa työllistymiseen, urakehitykseen, ammattiasemaan ja tuloihin. Koulutukseen vaikuttaa myös henkilön vanhempien sosioekonominen asema suoraan, koska heillä on muitakin taloudellisia, sosiaalisia ja kulttuurisia resursseja, sekä kykyjä ja taitoja, jotka hyödyttävät myös jälkeläisiä. Toisin sanoen, vaikka alemman ja ylemmän sosioekonomisen taustan omaavalla henkilöllä olisi sama koulutus, ylemmän taustan omaava päätyy todennäköisemmin korkeampaan yhteiskunnalliseen asemaan. Näin yksilön luokkataustalla ja saavuttamallaan luokka-asemalla on yhteys. Lisäksi luokka-aseman pysyvyys on todennäköisempää, kuin nouseminen yhteiskuntaluokassa, eli ylempien sosioekonomisen aseman omaavien henkilöiden jälkeläiset päätyvät todennäköisemmin ylimpiin yhteiskuntaluokkiin, kuin alempien. (Naumanen & Silvennoinen 2010, 86–87.) Sosioekonominen asema siis periytyy herkästi ja vaikuttaa eri tavoin myös henkilön elämään. Toisaalta koulutus voi vaikuttaa henkilön sosioekonomiseen asemaansa ja edistää sosiaalista liikkuvuutta, eli ihmiset voivat päätyä erilaiseen sosiaaliseen asemaan kuin heidän omat vanhempansa. Vaikka Pohjoismaissa sosioekonomiset erot ovat olleet maailmanlaajuisesti verrattain pienempiä ja sosiaalinen liikkuvuus hyvää, silti Suomessakin sosioekonomiset erot ovat näkyviä ja sosioekonomisten asemien välinen eriarvoisuus peräti kasvanut. (Härkönen 2010, 51–66; Naumanen ja Silvennoinen 2010, 67–88.)

Nämä sosioekonomista asemaa koskevat seikat taas heijastuvat eläköitymiseen. Esimerkiksi Korkeampi koulutus ja sosioekonominen asema tarkoittavat yleensä parempaa ammattiasemaa ja korkeampia tuloja, jotka myös vahvistavat sosioekonomista

asemaa ja sen pysyvyyttä. (Erola 2010, 90–98; Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16.) Lisäksi ylemmillä sosioekonomisilla ryhmillä on alempia ryhmiä paremmat eläkkeet, sillä ansiotasoterot heijastuvat eläkkeisiin ja tämä taas vaikuttaa tulojen lisäksi eläköitymispäätöksiin. Lisäksi tuloerot sosioekonomisten ryhmien välillä ovat suurempi kuin erot sukupuolten välillä. Myös työurien pituudella on merkitystä. Toisaalta eläkkeiden määrän sosioekonomiset erot ovat pienemmät, kuin ansiotulojen. (Erola 2010, 90–98; Uusitalo 2014, 142–146) Samalla sosioekonominen asema näkyy ulospäin edellisissä luvuissa läpikäytyjen elämäntyöliien ja niihin liittyvien asioiden muodossa, ja sosioekonominen asema vaikuttaa elämäntyöliihin ja erilaisiin valintoihin, sekäs sitä kautta myös hyvinvointiin (Karisto & Konttinen 2004,17-19; Dorfman 2012, 339–340; Allardt 1986; Roos 1986).

Sukupuolten yhteys sosioekonomiseen asemaan ja eläköitymiseen näkyy siinä, että vaikka sukupuolten väliset koulutuserot ovat pääsääntöisesti tasoittuneet viime vuosikymmeninä ja vaikka naisten keskimääräinen koulutustaso on miehiä korkeampi, silti he päätyvät miehiä todennäköisemmin alemmiksi toimihenkilöiksi. Naiset ovatkin keskimäärin miehiä heikommassa sosioekonomisessa asemassa ja sukupuolten väliset ansiotuloerot ovat edelleen huomattavia ja naiset ansaitsevat miehiä vähemmän. Nämä taas heijastuvat eläkkeen suuruuteen ja vaikuttavat eläköitymispäätöksiin sekä eläköitymiseen. (Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16.) Esimerkiksi naisten eläke on noin neljäsosan miesten eläkettä pienempi (Uusitalo 2014, 142–146).

Suomessa sosioekonomiset erot työurien pituudessa eivät ole huomattavan suuria, mutta joitakin eroja on silti havaittavissa. Alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä työurat alkavat koulutuksen lyhyiden vuoksi aiemmin, kun taas ylemmissä sosioekonomisissa luokissa koulutus lykkää työnteon aloittamista. Toisaalta yhtä useampi tekee töitä myös opintojen ohella, jolloin työura ei automaattisesti lyhene pitkän opiskelun takia. Lisäksi, vaikka alemmissa ryhmissä olevat siirtyvät aiemmin pois työelämästä, ylemmissä ryhmissä olevat jatkavat todennäköisemmin työelämässä pidempään, jolloin erot työurien pituudessa tasoittuvat. (Järnfelt 2014, 34–35.) Etenkin miesten kohdalla, mutta myös muuten alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä, työkyvyttömyys ja työttömyys ajavat aiemmin eläkkeelle ja tämä johtuu erilaisten terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien tekijöiden, sekä sosiaalisten ongelmien kasautumisesta alempiin sosioekonomisiin luokkiin (Järnfelt 2014, 34; Salokangas & Järnfelt 2014, 76–78).

Miehillä työuran pituuden ero alemman ja ylempien luokkien välillä on noin kolme vuotta. Naisilla työuran pituus on noin kaksi vuotta miehiä lyhyempi ja lisäksi alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä olevien naisten työura on kaikkien muiden ryhmien työuria lyhyempi kahdella vuodella. Myös alempaan ryhmään kuuluvien naisten keskuudessa työttömyys ja työkyvyttömyys on yleisempää ja se johtuu huono-osaisuuden kasautumisesta, kuten edellä totesimme. Toisaalta naisten työuria lyhentää perhevapaat, joita pääasiassa naiset hyödyntävät. (Järnfelt 2014, 34–35.)

Sosioekonomisten ryhmien välillä erot näkyvät vanhuuseläkkeelle siirtymisreiteissä (mts. 39–44). Alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä olevat ja vähemmän koulutetut siirtyvät todennäköisemmin eläkkeelle ennen varsinaista vanhuuseläkeikää ja syynä on nimenomaan työkyvyttömyys, mutta myös työttömyys (Järnfelt 2014, 39–44; Salokangas & Järnfelt 2014, 76–78). Ylemmissä sosioekonomista ryhmissä olevat ja korkeasti koulutetut siirtyvät sen sijaan todennäköisemmin suoraan ansiotyöstä vanhuuseläkkeelle. Toisaalta heidän keskuudessaan osa-aikaeläke ole suositumpaa, kun taas alemmissa ryhmissä se on harvinaista. Sukupuolten välillä reiteissä ei ole yhtä merkittäviä eroja. (Järnfelt 2014, 39–44.)

Myös työtä jatkavat eläkeiän jälkeen todennäköisemmin korkeammin koulutetut, korkeassa työasemassa olevat ja ylemmässä sosioekonomisessa asemassa olevat henkilöt. Alemmissa luokissa suurin osa jää viimeistään eläkkeelle eläkeiän täytyttyä. Lisäksi miehet eläköityvät naisia todennäköisemmin heti eläkeiän täytyttyä. Huomattavaa myös on, että julkisella sektorilla jatketaan työssä pidempään, vähintään 64-vuotiaaksi. Yksityisellä sektorilla yleisin vanhuuseläkeikä on 63 vuotta. Nämä sektorierot näkyvät myös kaikissa sosioekonomisissa ryhmissä. (Nivalainen 2014, 98–99.)

Vaikka kaikkien sosioekonomisten ryhmien elinajanodote on ollut nousussa, alemmissa ryhmissä se on kasvanut hitaimmin (Uusitalo & Järnfelt 2014, 16–18). Alemmissa ryhmissä lyhyempi elinajanodote etenkin miesten kohdalla lyhentää eläkkeellä vietettyä aikaa, verrattuna ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Toisaalta, jos otetaan huomioon myös varhaiseläkkeelle siirtyminen ja siinä vietetyt vuodet, erot tasoittuvat. Toisin sanoen erot sosioekonomisten ryhmien välillä ovat pieniä, mutta kun sukupuoli otetaan mukaan tarkasteluun, tilanne muuttuu. Naisille kertyy eläkeaikaa miehiä enemmän, etenkin jos huomioidaan työurien pituus. Tämä johtuu naisten pidemmästä elinajanodotteesta ja hieman miehiä lyhyemmistä työurista. Samalla naisten väliset sosioekonomiset erot

elinajanodotteessa ovat miesten välisiä eroja pienemmät. Toisaalta alemmissa luokissa miehillä on enemmän työttömyyttä ja etenkin työkyvyttömyyttä, joka ajaa eläkkeelle aiemmin ja näin ollen pidentää eläkkeellä oloaikaa, vaikka heidän eliniän odotteensa olisi lyhyempi verrattuna ylemmissä sosioekonomisessa ryhmässä oleviin miehiin. Naisten välillä erot ovat pienempiä, mutta alemmissa ryhmässä olevien naisten eläkeikä on ylempiä luokkia lyhyempi ja tämä johtuu jo edellä käsitellystä työkyvyttömyyden ja työttömyyden riskistä. (Nivalainen 2013, 105–118.)

Kuten tämä luku osoitti, sukupuoli ja sosioekonominen asema vaikuttavat monin tavoin eläköitymiseen ja ovat eri tavoin monimutkaisesti yhteydessä myös muihin eläköitymiseen vaikuttaviin asioihin, kuten terveyteen. Onkin oletettavaa, että sosioekonomisella asemalla ja sukupuolella on merkitystä myös eläköitymisen jälkeen ja niillä voidaan nähdä olevan vaikutusta esimerkiksi eläköitymisen jälkeiseen elämäntyyliin ja sitä kautta uутteen elämän vaiheeseen eli kolmanteen ikään ja sen kokemuksiin (Karisto & Konttinen 2004, 27). Näihin asioihin ja eroihin paneudun tarkemmin luvun kuusi ja aineiston analysoinnin yhteydessä.

## 5 Tutkimuksen toteutus

Ennen yksilöiden eläköitymis- ja kolmannen iän kokemusten analysointia on tärkeää tarkastella tutkielman metodologista osuutta ja toteutusta. Tämän luvun ensimmäisessä alaluvussa käsitelen lyhyesti tutkielman aihetta ja sen sijoittumista aiempaan eläköitymistä käsittelevään tutkimuskontekstiin, eli suomalaisittain tärkeän kolmannen iän ja eläköitymiskokemusten tutkimuksen kentälle. Esittelen samalla tutkimuskysymykseni ja niitä tarkentavat alakysymykset. Toisessa alaluvussa esittelen tutkielmassa käyttämäni aineiston, joka on osa Turun yliopiston toteuttamaa, eläköityvien ja eläköityneiden terveyttä ja toimintakykyä kartoittavaa Finnish Retirement and Aging (FIREA) -tutkimushanketta. Lopuksi, viimeisessä alaluvussa, perehdyn laadullisen tutkimuksen tutkimuskäytäntöihin ja etiikkaan oman tutkielmani kautta. Samalla esittelen tutkimusmenetelmänä käyttämäni sisällönanalyysia ja sitä, miten olen menetelmää soveltanut käytännössä aineistoni analysointiin ja tutkielman tekemiseen.

### 5.1 Tutkimusasetelma ja tutkimuskysymykset

Suomessa vanhenemista, kolmatta ikää ja eläköitymistä on tutkittu paljon viimeisten vuosikymmenten kuluessa. Esimerkiksi Eläketurvakeskus tekee jatkuvasti etenkin kvantitatiivista eläköityviä ja eläköityneitä, sekä eläköitymistä ja sen jälkeistä aikaa



koskevaa tutkimusta (ks. Julkaisut ETK). Toisaalta ikääntymistä on usein tutkittu myös laajemmin vanhenemisen ja jo selvästi ikääntyneempien henkilöiden kokemusten kautta, eikä niinkään suoraan eläköitymisen näkökulmasta. Tällöin eläköityminen on ollut tutkimuksissa ja teoksisissa ikään kuin sivuraide osana vanhenemista (esim. Ojala & Pietilä 2013; Kivelä 2012; Kiljunen 2015). Usein näkökulma on ollut myös taloudellinen, joka näkee esimerkiksi väestön vanhenemisen isona kansantaloudellisena haasteena ja ongelmakohtana (Karisto & Konttinen 2004, 11–13, Halen 2019, 11–12).

Aiheeni kannalta olennaista määrällistä ja laadullista tutkimusta ovat tehneet esimerkiksi Karisto ja Konttinen (2004) teoksessaan ”Kotiruokaa, kotikatua, kaukomatkailua – tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä”. Kyseinen kattava ja laaja eläköityvien elämäntyyleihin sekä ajankäyttöön ja eläköitymiskokemuksiin kohdistuva tutkimus on tosin jo vuodelta 2004. Uudempi eläköityvien kokemuksia laajasti tarkasteleva teos on Katri Halenin keväällä 2019 julkaistu väitöskirja ”Raha ei ollut se ensisijainen, vaan ihan muut... Työssä jatkaminen ja eläkkeelle siirtyminen sopimuksellisuuden kehässä”, jossa perehdytään yli 50-vuotiaiden työssä jatkamiseen ja eläköitymisajatuksiin. Eila Tuominen (2008) taas on tutkinut tilastolliselta pohjalta eläkeläisten hyvinvointia, toimeentuloa, kulutusta ja ajankäyttöä teoksessaan ”Näkökulmia eläkeläisten hyvinvointiin – toimeentulosta kulutukseen ja ajankäyttöön”. Kaikki edellä mainitut teokset antavat tärkeää tietoa eläköityvien ajatuksista ja käyttäytymisestä eläköitymiseen ja sen jälkeiseen uuteen elämänvaiheeseen liittyen.

Tutkielmani kannalta olennaista on kuitenkin se, että eläköitymistä on vähemmän tutkittu eläköityvien omasta näkökulmasta käsin, jolloin heidän oma äänensä pääsisi paremmin esille ja tulisi kuulluksi. Tätä näkökohtaa korostaa myös Halen (2019, 13) väitöskirjassaan. Samalla aiemman tutkimuksen kohteena ovat olleet usein suuret ikäluokat (esim. Karisto 2004; Jyrkämä 2013, 97–98), eli vuosina 1945-1949 syntyneet henkilöt (Tilastokeskus 2012). Suuret ikäluokat ovat olleet kiinnostuksen kohteena usein sen vuoksi, että suurten ikäluokkien eläköitymisen pelättiin aiheuttavan muiden väestöllisten seikkojen yhteisvaikutuksen vuoksi muun muassa työvoimapulaa, sekä hoiva- ja eläkemenojen kasvua (Tilastokeskus 2012). Suuret ikäluokat ovat kuitenkin jo pääsääntöisesti eläkkeellä (Jyrkämä 2013, 97–98) ja suuria ikäluokkia nuoremmat ikäluokat ovat aina 1960-luvun puolivälissä syntyneisiin asti suurten ikäluokkien kanssa todellisuudessa yhtä suuria (Tilastokeskus 2012). Lisäksi vanheneminen ja kolmas ikä muuttuvat ajan myötä ja eri sukupolvet kokevat ja luovat sitä eri tavoin (Karisto 2004,

93–94). Näin ollen on olennaista tarkastella eläköitymiskokemuksia ja kolmannen iän kokemuksia suurten ikäluokkien jälkeisten ikäluokkien näkemyksen ja kokemuksen kautta. Lisäksi tutkielmassani käyttämä aineisto tuo tutkielmani kautta tärkeää ja uutta tietoa juuri kuntasektorin työntekijöiden eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksista ja ajatuksista. Käyttämäni aineisto koostuu peräti 254 vastaajaan vastuksista, joka antaa erityisen laajan ja kattavan aineiston nimenomaan laadullisen tutkielman pohjaksi. Samalla käyttämäni aineisto antaa mahdollisuuden keskittyä samojen henkilöiden näkemyksiin ja kokemuksiin sekä ennen eläköitymistä, että sen jälkeen.

Tärkeää on myös huomioida alkuluvuissa esittelemäni eläköitymistä selittävät teoriat, joiden mukaan eläköityminen on yksilöiden näkökulmasta pitkäkestoinen ja monimuotoinen prosessi (Dufva 2012, 21–22; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168; Reikhs 2018, 40). Eläköityminen ja siitä avautuva elämänvaihe ei näyttäydy kaikille samanlaisena elämäntapahtumana tai prosessina ja esimerkiksi erilaiset eläköitymiseen johtavat polut, sekä eläköitymiseen ja kolmanteen ikään liittyvät kokemukset, elämäntyyli ja hyvinvointi voivat vaihdella ja niissä on havaittavissa yksilökohtaisia eroja (Karisto 2004; Wink & James 2012). Samalla muut tekijät, kuten sosioekonominen asema ja sukupuoli vaikuttavat eläköitymiseen ja kolmanteen ikään, ja sosioekonomisten ryhmien sekä sukupuolten välillä on havaittavissa eroja eläköitymisen ja uuden elämänvaiheen suhteen (Järnefelt, Nivalainen, Salokangas & Uusitalo 2014). Näin ollen on olennaista tarkastella yksilöiden omakohtaisia kokemuksia myös näistä tärkeistä taustamuuttujista käsin.

Käyttämäni aineiston pohjalta ja edellä esiteltyyn aiheeseen liittyvän aiempaan tutkimuskirjallisuuteen vedoten, kiinnostuksen kohteenani on erityisesti se, minkälainen kuva eläköitymisen jälkeisestä kolmannesta iästä muodostuu kunta-alantyöntekijöiden kokemusten kautta. Lisäksi olen kiinnostunut siitä, onko kolmannen iän kokemuksissa havaittavissa eroja tai yhtäläisyyksiä miesten ja naisten välillä, sekä tarkasteltaessa vastaajien sosioekonomista asemaa. Näihin kysymyksiin pyrin vastaamaan seuraavien tutkimuskysymysten ja niitä tarkentavien alakysymysten avulla:

- 1. Millaisia seurauksia eläköitymisellä on eläköitymisen jälkeiseen elämänvaiheeseen ja millainen kuva eläköitymisestä ja kolmannesta iästä yksilötasolla muodostuu kunta-alantyöntekijöiden omien kokemusten ja näkemysten kautta?**

- a. Minkälaisia odotuksia ja pelkoja eläköityvillä on eläköitymisen suhteen ja mistä asioista ne koostuvat?
- b. Mitä asioista vastaajien kokemat eläköitymisen jälkeiset positiiviset ja negatiiviset asiat koostuvat?
- c. Kuinka vastaajien pelot ja odotukset ovat linjassa vastaajien kokemien eläköitymisen jälkeisten positiivisten ja negatiivisten asioiden kanssa?
- d. Mitä yhtäläisyyksiä tai eroavaisuuksia on havaittavissa kokemusten osalta?

**2. Minkälaisia eroja tai yhtäläisyyksiä eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa ja sitä kautta oletetussa kolmannessa iässä on, kun niitä tarkastellaan sukupuolen ja sosioekonomisen aseman mukaan?**

- a. Onko kokemuksissa ja kolmannessa iässä havaittavissa eroja tai samankaltaisuuksia miesten ja naisten välillä tai samaa sukupuolta olevien kesken, kun kokemuksia tarkastellaan sukupuolen mukaan?
- b. Onko kokemuksissa ja kolmannessa iässä havaittavissa eroja tai samankaltaisuuksia sosioekonomisten ryhmien välillä tai samaan sosioekonomiseen ryhmään kuuluvien kesken, kun kokemuksia tarkastellaan sosioekonomisen aseman mukaan?

## 5.2 Aineisto osana FIREA-tutkimusta

Tutkielmani aiheen ja käyttämäni aineiston pariin ohjasi ensisijaisesti halu löytää valmis aineisto, jolloin ajattelin pääseväni suoraan tutkielman kannalta olennaiset osien, eli aineiston ja sen käsittelyn sekä analysoinnin pariin. Samalla ajattelin, että valmis aineisto todennäköisesti ohjaisi automaattisesti tärkeän ja ajankohtaisen aiheen pariin, jonka tutkimiselle olisi tarvetta ja josta olisi hyötyä muille tahoille. Valmis aineisto myös rajaisi aihepiiriä tai loisi sille automaattisesti tietyt rajat, joiden sisällä tulisi liikkua. Eläkeaiheen pariin päädyin kesätöiden kautta ja eläkealla töissä pari kesää töissä olleena luonnollinen tapa oli kysyä alalla tutkimusta tekeviltä mahdollisista tutkimushankkeista ja graduun sopivista valmiista aineistoista. Sainkin heti vinkin Finnish Retirement and Aging (FIREA) -tutkimushankkeeseen, johon etsittiin laadullisen aineiston analysoijaa. Näin ollen otin alkukesästä 2018 yhteyttä tutkimuksen vastuullisen johtajaan ja kesän aikana sovimme, että lähdän analysoimaan tutkimushankkeeseen liittyvää laadullista aineistoa, eli eläköityvien ja jo eläköityneiden eläköitymiskokemuksia.

FIREA-tutkimus Suomen Akatemian, Opetus- ja kulttuuriministeriön sekä Juho Vainion Säätiön rahoittama ja Turun Yliopiston toteuttama pitkittäinen kohorttitutkimus, jonka tarkoitus on selvittää kuinka eläköityminen vaikuttaa ihmisten terveyteen, elintapoihin ja toimintakykyyn. Tutkimuksen tarkoitus on seurata ikääntyviä työntekijöitä, jotka siirtyvät työelämästä kokoaikaiselle vanhuuseläkkeelle. Tutkimusta on tuettu vuodesta 2013 alkaen ja tutkimusaineistoa on kerätty perinteisten lomakekyselyiden lisäksi aktiivisuusmittarien avulla, sekä erilaisilla kliinisillä mittauksilla. Tiedon keruu toteutetaan aina vuoden välein niin, että osallistujilta saadaan useamman kerran tietoa ja dataa sekä ennen, että jälkeen eläköitymisen. Tutkimus on kokonaisuudessa hyvin mittava ja ainutlaatuinen, ja näin ollen se tuottaa täysin uutta tietoa tekijöistä, jotka liittyvät eläköitymisen mukana tuomiin muutoksiin etenkin eläköityvien elintavoissa. Tutkimuksesta saatavaa tietoa tarvitaan erityisesti terveysneuvonnassa ja terveyspalvelujen suunnittelussa, sekä ikääntyvien terveyden ja toimintakyvyn tukemisessa ja parantamisessa. (Turun Yliopisto; Leskinen ym. 2018, 695–696.)

FIREA-tutkimuksen kohdejoukkona oli kaikki kunta-alan työntekijät, jotka olivat vuonna 2012 töissä yhdessä Lounais-Suomen kahdestakymmenestäseitsemästä kunnasta, tai yhdessä jostakin tutkimukseen valitusta yhdeksästä kaupungista, tai viidestä sairaanhoitopiiristä ympäri Suomea. Lisäksi henkilöiden tuli olla lähellä henkilökohtaista laskennallista eläkeikäänsä ja heidän tuli eläköityvä vuosien 2014-2019 aikana. Tieto arvioidusta yksilöllisestä eläkkeelle siirtymispäivästä saatiin kuntasektorin eläkevakuutuslaitos Kevalta. Tutkimukseen osallistuviin otettiin ensin yhteyttä kyselylomakkeella, joka lähetettiin heille kaksitoista kuukautta ennen arvioitua eläkkeelle siirtymispäivää. Ensimmäisessä kyselyssä henkilöt myös ilmoittivat varsinaisen eläkkeelle siirtymispäivänsä. Tämän jälkeen kyselylomake lähetettiin vuosittain, vähintään neljänä vuotena peräkkäin. Kelpoisuusriteerin vuoksi suurin osa tutkimukseen osallistuvista siirtyi eläkkeelle juuri ikänsä vuoksi, eikä esimerkiksi sairauden. (Turun Yliopisto; Leskinen ym. 2018, 695–696.)

Tutkimuksessa oli vuoden 2017 loppuun mennessä mukana 6673 henkilöä (n=10 629), joka käsitti noin 63 % kaikista lähetetyistä lomakkeista. Henkilöt olivat vastanneet vähintään kerran kyselylomakkeeseen ja heistä 4311 oli vastannut kyselyyn ainakin kahdesti. Näistä 4311 henkilöstä 2082 henkilöä oli vastannut kyselyyn sekä ennen, että jälkeen ilmoitetun todellisen eläkepäivän. (Leskinen ym. 2018, 695–696.) Käyttämäni aineisto koostui lopulta näiden 2082 vastaajan joukosta poimituista 254:stä vastaajasta,

sillä valittujen henkilöiden oli pitänyt vastata vähintään yhteen lomakekyselyn avokysymykseen sekä ennen, että jälkeen eläköitymisen. Henkilöt olivat tutkimuksen aikana ehtineet vastata jopa viiteen kyselyyn, joten selkeyden vuoksi näiltä henkilöiltä oli valittu aineistooni ne lomakkeet, joissa he vastasivat avokysymyksiin juuri ennen eläköitymistä ja heti sen jälkeen.

Käytännössä vastauksiksi tulkittiin kaikki ne lomakkeet ja kohdat, joissa henkilö oli vastannut lomakkeella esitetyistä kahdesta avokysymyksestä edes toiseen sekä ennen eläköitymistä ja eläköitymisen jälkeen. 254:stä henkilöstä 24 oli jättänyt vähintään yhden kysymyksen neljästä tyhjäksi tai merkinnyt sen viivalla. Kuitenkin näistä vain neljä henkilöä oli sellaisia, jotka olivat jättäneet kaksi vastausta tyhjiksi, eli yhden kysymyksen ennen eläköitymistä ja yhden kysymyksen eläköitymisen jälkeen. Huomioitavaa on kuitenkin se, että tyhjillä vastauksilla tai pelkällä viivalla vastauskohdassa oli suurempikin merkitys kuin vain vastauksen tyhjäksi jättäminen. Toisin sanoen vastaukset oli analysoinnin yhteydessä tulkittavissa vastaajan muiden vastausten valossa niin, että vastaajilla ei ollut lainkaan pelkoja, kielteisiä kokemuksia, odotuksia tai myönteisiä kokemuksia. Loput 230 vastaajaa olivat vastanneet kaikkiin kysymyksiin jotakin vähintään yhdellä sanalla, mutta yleensä vastaukset koostuivat vähintään yhdestä kokonaisesta lauseesta ja usein vastaukset olivat useamman lauseiden mittaisia. Ruotsinkielisiä vastaajia oli yhteensä kolmetoista ja loput olivat suomenkielisiä. Ruotsinkieliset vastaukset käänsin ja litteroin suomeksi.

Aineistoni on siis koottu posti- ja verkkokyselynä toteutetun lomakekyselyn avokysymyskohtien vastauksista, jotka koskivat eläköitymiseen liittyviä asioita ja johon vastaajat olivat edellä esitellyn periaatteen mukaisesti vastanneet. Avokysymyksiä oli yhteensä neljä, joista kaksi oli kohdistettu vielä työssä oleville ja kaksi jo eläköityneille. Työelämässä oleville henkilöille kohdennut kysymykset olivat 1) *”Millaisia myönteisiä odotuksia sinulla on eläköitymisen suhteen?”* ja 2) *”Millaisia pelkoja sinulla on eläköitymisen suhteen?”*. Eläköityneille henkilöille suunnatut kysymykset olivat: 1) *”Mitä myönteistä eläköityminen on tuonut tullessaan?”* ja 2) *”Mitä kielteisiä asioita eläköitymiseen on liittynyt?”*. Kuten edellä mainitsin, lopullinen aineistoni koostui 254 vastaajasta, jolloin 2082 vastaajasta oli karsittu automaattisesti pois kaikki ne, jotka olivat jättäneet vastaamatta lomakekyselyn avokysymyksiin kokonaan joko molemmilla kerroilla tai toisella kerralla. Aineistoon valittu yksi ihminen oli siis vastannut kahteen lomakkeeseen ja neljään kysymykseen. Lomakkeita oli yhteensä 512 ja vastauksia 1024.

Käytössäni oli pyydettyäessä myös laaja joukko erilaisia taustamuuttujia ja -tietoja, joista valitsin tutkielman kannalta olennaisimmat. Pyysin esimerkiksi vastaajien sukupuoli-, syntymävuosi- sekä ammattiasematiedot. Kaikista vastaajasta miehiä oli 36 (14%) ja naisia 218 (86%). Sukupuolijakauma on aineistoni osalta vinoutunut, koska miesten määrä oli selvästi aliedustettu. Vastaajat olivat syntyneet vuosien 1949-1957 välillä ja suurin osa, eli 83,46 % vuonna 1952-1954. Suuret ikäluokat ovat syntyneet vuosien 1945-1949 välillä, joten aineiston henkilöt eivät lukeudu suuriin ikäluokkiin, vaan niiden jälkeisiin ikäluokkiin, jotka ovat kuitenkin kokonsa puolesta merkittäviä ikäluokkia (Tilastokeskus 2012). Vastaajien ammattiasemaa oli tutkimuksessa luokiteltu peräti neljällä eri tavalla ja tiedot oli saatu suoraan erilaisista tietokannoista. Valitsin lopulta luokituksen, joka erotteli asemaa tarpeeksi hienovaraisesti ja oli yhtenevä myös teoriaosuudessa esitellyn sosioekonomisen aseman kanssa ja perustui Tilastokeskuksen vuoden 2010 ammattiluokitukseen (ks. liite 1; luku 4.4). Vastaajista 5,12 % on johtajia tai ylimpiä virkamiehiä, 28,35 % erityisasiantuntijoita, 24,80 % asiantuntijoita, 7,87 % toimisto tai asiakaspalvelutyöntekijöitä, 24,02 % palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöitä, 0,79 % rakennus- korjaus ja valmistustyöntekijöitä, 1,57 % prosessi ja kuljetustyöntekijöitä ja 6,30 % muita työntekijöitä, 1,18 %:lla vastaajista tietoa ei ollut saatavilla.

### 5.3 Laadullinen tutkimus ja etiikka

Tutkielmani nojaa kvalitatiiviseen tutkimukseen, joka kattaa alleen suuren määrän erilaisia tutkimustraditioita, lähestymistapoja sekä aineistonkeruu- ja analyysimenetelmiä. Usein tutkimus jaetaan laadulliseen eli kvalitatiiviseen ja määrälliseen eli kvantitatiiviseen tutkimukseen. Jaottelu tai niiden mukainen tutkimus ei ole toisiaan poissulkevaa tai edes välttämättä toisilleen vastakkaista, mutta jaottelu auttaa ymmärtämään erilaisia tutkimuksia ja niissä käytettyjä menetelmiä sekä lähestymistapoja. (Eskola & Suoranta 1998, 7–15.) Laadulliselle tutkimukselle yhteistä on kuitenkin se, että tutkimuksella usein pyritään kuvaamaan jotakin tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä tai tapahtumaa, tai sen avulla pyritään ymmärtämään tiettyä toimintaa, tai mahdollisesti antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle. Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin ja tutkimustieto kerätään yleensä ihmisiltä, joilla on paljon omakohtaista tietoa tutkittavasta asiasta tai ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85–86.) Lisäksi tieto on yleensä jollakin tavalla tekstin muodossa (Eskola & Suoranta 1998, 15).

Edellä sanottuun nojaten, eläköitymisen subjektiivisten kokemusten ja kolmannen iän tutkiminen ja kuvaaminen, sekä niiden ymmärtäminen ilmiönä perustelivat tutkielmassani laadullisen tutkimusmenetelmän käyttöä. Lisäksi aineisto oli avovastauksista johtuen henkilöiden itsensä vapaasti tuottamaa tekstiä tutkimuksen kohteena olevasta aiheesta, joten aineiston käsittelyyn sopivat erityisesti edellä kuvatut kvalitatiivisen tutkimuksen keinot (mts. 15–24). Laadullisen tutkimuksen lähestymistavan ja menetelmän valintaa tukivat myös omat intressit ja halu tehdä kvalitatiivinen tutkielma. Laadullinen tutkimus sisältää kuitenkin lukuisia erilaisia suuntauksia ja menetelmiä, joista käyttämäni sisällönanalyysi on vain yksi aineiston analyysitapa monien muiden joukossa (Eskola & Suoranta 1998, 137–207; Tuomi & Sarajärvi 2009, 25–33). Silti laadullisen tutkimuksen tunnusmerkkejä ja tärkeitä piirteitä voidaan havainnoida muun muassa aineistonkeruumenetelmän, tutkittavien näkökulman, otannan, aineiston analyysinäkökulman, tutkimuksen tyyllilajin, tulosten esitystavan ja tutkijan aseman mukaan (Eskola & Suoranta 1998, 15–24).

Valmiin aineiston vuoksi vältyin aineiston keräämiseen liittyviltä kysymyksiltä ja työvaiheilta. Edellisessä luvussa kuvattu vastaajien sekä sopivien vastausten valinta tapahtui tutkimuksen puolesta, joten minun ei tarvinnut pohtia henkilöiden tai vastausten valikoitumiseen tai määrään liittyviä kysymyksiä. Laadullisessa tutkimuksessa on kuitenkin tärkeää, että aineisto kerätään henkilöiltä, joilla on tutkittavasta ilmiöstä paljon tietoa ja omakohtaista kokemusta, jolloin henkilöiden valinnan tulee olla harkittua ja tutkimukseen sopivaa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85–86). Tämän kriteerin täyttyminen oli varmistettu FIREA-hankkeen toimesta. Vaikka laadullisen tutkimuksen aineiston sopivalle tai riittävälle määrälle ei ole olemassa suoria kriteereitä (mts. 85), silti vastaajien ja vastausten määrä oli tutkielmaa sekä käytettävissä olevia aikaresursseja ajatellen sopiva ja tarpeeksi kattava. Aineiston riittävyyden puolesta puhui esimerkiksi sen saturaatio eli kyllästymisen litterointi vaiheessa (Eskola & Suoranta 1998, 35; Tuomi & Sarajärvi 2009, 87). Toisin sanoen, vastauksissa alkoi melko pian toistua useasti samankaltaiset asia sekä teemat, eikä vastauksista paljastunut enää merkittävästi uutta tietoa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 87–89). Tästä huolimatta litteroin kaikki aineistooni kuuluvat vastaukset ja huomioin ne kaikki analyysissani, jolloin ne antoivat määrällistä tukea tuloksille ja niistä tehdyille päätelmille.

Vastausten laadun ja kvalitatiivisuuden osalta on kuitenkin huomioitava, että FIREA-hankkeen kyselylomakkeen tarkoituksena oli palvella ensisijaisesti terveyttä,

toimintakykyä ja hyvinvointia kartoittavaa kvantitatiivista tutkimusta. Lomakekysely onkin yleensä kvantitatiivisen tutkimuksen menetelmä, mutta kyselyn avokysymykset ja vastausmahdollisuudet taas painottavat kvalitatiivisuutta (mts. 74–75). Avokysymyksillä oli tarkoitus saada vastaajien oma ääni kuluviin ja nähdä, miten vastaajat sanottavat eläköitymistä omin sanoin ja vapaasti kerrottuna. Tämä taas on ominaista kvalitatiiviselle tutkimukselle ja näin ollen vastausten käsittely ja analysointi kvalitatiivisella menetelmällä oli perusteltua (mts. 73–74).

Pyrin myös noudattamaan tutkielmassa hyvän laadullisen tutkimuksen kriteereitä, kuten tutkimuksen sisäistä johdonmukaisuutta, joka näkyy argumentoinnissa valitsemieni lähteiden ja niiden käytön kautta. Toinen merkittävä tekijä on tutkielman eettinen kestävyys, joka määrittää tutkimuksen luottavuutta ja laatua. Tutkimuksen eettisyys on monitahoinen asia, mutta siihen kuuluvat aiheen valintaan liittyvät kysymykset, tutkimussuunnitelma, menetelmien valintaan, aineiston hankintaan, tulosten raportointiin sekä periaatteessa koko tutkimukseen liittyvät valinnat. (Mts. 125–133.) Kuten luvun alussa totesin, käyttämäni aineisto on osa FIRA-hanketta, joten tutkimusaiheen valinta tapahtui hankkeen intresseistä, mutta myös sen takia, että koin ilmiön tutkimisen eläköityvien omasta näkökulmasta tärkeänä, ja tätä tutkimusnäkökulmatarvetta korostivat puutteet aihetta käsittelevässä aiemmassa tutkimuksessa sekä kirjallisuudessa.

Joka tapauksessa tutkimussuunnitelmani oli alusta asti pääpiirteittäin selvä ja siihen vaikutti vahvasti käyttämäni valmis aineisto. Tutkimussuunnitelmaa ja tutkimusongelman asettelua kuitenkin voi joutua tutkimuksen edetessä tarkastelemaan, arvioimaan ja määrittämään uudelleen (Eskola & Suoranta 1998, 16). Näin myös tapahtui tutkielmassani sitä mukaa, kun tutkielman eri osat alkoivat valmistua. Etenkin aineiston läpikäynti ja alustavat analyysit vaikuttivat tutkimusongelman tarkentamiseen ja muiden tutkielman osien sisältöön. Tutkimussuunnitelman ja tutkimusongelmien tai -kysymysten osalta kuitenkin tarvitsi tehdä lähinnä niitä täsmentäviä tai täydentäviä muutoksia, kun ilmiöstä muodostui jatkuvasti parempi käsitys. Tiedon kertyminen vaikutti samalla tutkielman toteutukseen. Silti tutkielman aikataulusuunnitelma, runko ja tutkimuskysymykset eivät kokeneet suuria muutoksia tai suunnan vaihtoja.

Aiheen eettisyyden kannalta tutkielmani kiinnostuksen kohteena olevat eläköitymiskokemukset ja kolmas ikä, eivät ole eettisesti arkaluontoisia aiheita tai ilmiöitä. Kuten edellä totesin, myös aineiston keräämiseen liittyvät eettiset kysymykset



olivat puolestani ratkaistu valmiin aineiston käytön vuoksi. Aineisto oli hankkeen puolesta kerätty hyviä periaatteita ja tukittavien suojaa kunnioittaen. Esimerkiksi tutkimuksen tarkoitus kerrottiin tutkimuslomakkeella selvästi, vastaajien osallistuminen oli vapaaehtoista ja lopuksi he vielä allekirjoittivat lomakkeella suostumuksen vastausten käytöstä tutkimuskäyttöön. Sen sijaan aineiston käsittelyssä minun tuli huomioida vastauslomakkeiden huolellinen käsittely ja tallessapito, sekä asianmukainen hävitys.

Tutkimushankkeen puolelta sain käyttöni Exceliin valmiiksi tehdyn litterointitaulukon, jonka tarkoitus oli helpottaa oikeiden lomakkeiden löytämistä kaikkien yli 6000 lomakkeen joukosta. Kaikki tutkimushankkeen yli 6000 lomaketta oli skannattu pdf-muotoon ja Exceliin minulle oli merkattu id-numeroilla ne 508 lomaketta, jotka minun tuli löytää yli 6000 lomakkeen seasta ja litteroida auki. Valmiiksi tehty taulukko ja ohjeistus helpottivat suunnattomasti työtäni, sillä litterointityön tekniset asiat olivat heti toimivia ja sain keskittyä olennaisen asian esiin nostamiseen ja auki kirjoittamiseen. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että minun tuli poimia Excelistä id-numero, jolla hain tiedostosta numeroa vastaavan lomakkeen ja josta etsin avovastaukset, sekä litteroin ne Exceliin oikean ihmisen id-numeron kohdalle. Excelissä ihmiset oli nimetty lomakkeiden mukaisesti id-numerosarjoilla, joten litteroidessa henkilöistä tuli anonyymeja. Kyseisessä työvaiheessa toimin muutenkin numerosarjojen avulla, enkä esimerkiksi henkilökotaisilla tiedoilla. Excelissä numerosarjojen tarkoitus oli varmistaa, että ihmisten ennen ja jälkeen vastaukset sekä muut taustatiedot päätyivät aina oikean henkilön kohdalle ja yhden henkilön vastaukset ja tiedot olivat oikeassa paikassa samalla rivillä. Excelin sisältämät tiedot eivät kuitenkaan sisältäneet henkilökohtaisia tai arkaluontoisia tietoja, eikä niistä olisi kyennyt päättämään vastaajan henkilöllisyyttä. Litteroinnin tein kotona, joten lomakkeet olivat aina yhdellä koneella, niin kauan kunnes asianmukaisesti hävitin ne.

Tutkimuksen tai tutkielman uskottavuus liittyy myös eettisyyteen ja siihen, että niiden osalta noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä. Tällöin tulee noudattaa tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja eli rehellisyyttä ja huolellisuutta tutkielman ja tutkimuksen eri vaiheissa. Samalla tulee soveltaa kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankintatapoja ja tutkimusmenetelmiä, perustella ja viitata asianmukaisesti muiden tuottamiin tutkimuksiin ja niiden tuloksiin. Myös tutkimuksen suunnittelu ja toteutus on raportoitava asianmukaisesti ja vaatimukset täyttävästi. Lisäksi tutkijan asema, oikeudet, vastuut ja velvollisuudet on oltava kirjattu ja määritelty, sekä tutkimuksen kannalta olennaiset sidonnaisuudet ilmoitettu tutkimukseen osallistujille ja raportoitu

tutkimuksessa tai tutkielmassa. (Suomen akatemian tutkimuseettiset ohjeet.) Näitä periaatteita pyrin noudattamaan tutkielmaa tehdessä ja kirjoittaessa, ja tämä pyrkimys näkyy etenkin tässä ja seuraavissa luvuissa, sekä kokonaisuudessaan tässä tutkielmassa.

Sisällönanalyysi on yksittäinen menetelmä ja toisaalta väljä teoreettinen viitekehys, jota käytetään etenkin laadullisen tutkimuksen ja laadullisen aineiston analysoinnissa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91). Menetelmän avulla on tarkoitus tarkastella aineistoa johdonmukaisesti ja luoda siihen selkeyttä, sekä tuottaa uutta tietoa tutkimuksen kohteena olevasta asiasta tai ilmiöstä. Pyrkimys on erotella ja tiivistää aineistosta esiin nousevia yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia, sekä tuoda esiin tutkimuksen kannalta tärkeimmät seikat. (Eskola & Suoranta 1998, 137.) Menetelmän käyttöä kuvaavatkin neljä vaihetta, jotka ovat 1) päätös siitä mikä aineistossa on kiinnostavaa ja huomion kohde, 2) aineiston läpikäynti ja kiinnostavien kohteiden merkitseminen, sekä niiden kerääminen yhteen, 3) merkityn aineiston ja asioiden luokittelu, teemoittelu tai tyypittely, sekä 4) tulosten yhteenvedon kirjoittaminen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91–92). Tutkielmani kohdalla aineistoon tutustuminen, sen litterointi ja tutkielman aiheeseen perehtyminen määrittivät tutkimuskysymyksiäni ja sitä mistä olen aineistossa kiinnostunut ja mihin aineisto voisi ylittää vastata. Tämän jälkeen toetutuin aineiston tarkemman läpikäynnin, sekä alustavien merkintöjen tekemisen. Lopulta aloitin vastausten tarkemman purkamisen osiin, aineistosta esiin tulleiden asioiden teemoittelun ja luokittelun, sekä niiden pohjalta alustavien analyysien kirjoittamisen. Alustavat analyysit toimivat myös seuraavien analyysilukujen pohjamateriaalina. Analyysit taas toimivat varsinaisten loppupäätelmien ja johtopäätösten kirjoittamisen apuna.

Tarkemmin ottaen sisällönanalyysin avulla pyritään tarkastelemaan inhimillisiä merkityksiä ja etsitään tekstin merkityksiä (mts. 104). Sisällönanalyysin kohdalla voidaan puhua laadullisen sisällönanalyysin ohella myös tilastollisesta sisällön erittelystä. Sisällönanalyysilla pyritään aineiston sisällön sanalliseen kuvaamiseen, kun taas erittelyn kautta pyritään aineiston sisällön kuvaamiseen kvantitatiivisesti. Molempia voidaan myös hyödyntää saman aineiston kohdalla. (Mts. 106–107.) Itse hyödynsin näitä molempia tekemässäni aineiston analyysissa, jossa pyrin kuvaamaan saamiani tuloksia ja teemoja sekä sanallisesti, mutta myös eri asioiden esiintyvyyttä määrällisesti kuvaamalla.

Laadullisen sisällönanalyysin muotoja voidaan kuvata aineistolähtöiseksi, teoriaohjaavaksi tai teorialähtöiseksi analyysiksi. Analyysimuotojen erot perustuvat

tutkittavaa ilmiötä kuvaavan teorian ohjaavuuteen niin aineiston hankinnassa, kuin analyysissa ja raportoinnissakin. (Mts. 96–98.) Käytännössä aloitin tutkielmani litterointityöllä, samalla kun luin eläköitymiseen liittyvää kirjallisuutta, jotta sain ilmiöstä tietoa ja laajemman kokonaiskäsityksen. Litteroinnin avulla sain aineiston sisällöstä käsityksen ja tämä auttoi hahmottamaan sitä, mitä aineisto sisältää ja minkälaisiin kysymyksiin se voisi antaa vastauksia. Samalla se ohjasi kirjallisuus- tai teoriaosuuden kirjoittamista, jota työstin litterointityön jälkeen ja eri vaiheissa tutkielman tekoa. Aineisto oli koko tutkielmani perusta, joten ilman melko tarkkaa käsitystä sen sisällöstä olisi ollut vaikea rajata tutkimuskysymyksiä ja kirjoittaa niille teoriapohjaa. Teoria- tai kirjallisuusosuuden kirjoittamisen välissä jouduin kuitenkin palamaan aineiston pariin ja tekemään varsinaiset alustavat aineistoanalyysit, koska aineiston ohjaavuus koko muun tutkielman kannalta oli tärkeää ja samalla se tarkensi kirjallisuusosuuden sisältöä. Analyysini pohjaa siis teoriaohjaavuuteen, joka tarkoittaa sitä, että analyysissa on teoreettisia kytkentöjä, mutta analyysit eivät pohjaudu suoraan teoriaan ja teoria ennemmin toimii apuna analyysin etenemisessä (mts. 96–98). Aikaisempi tieto aiheesta ja ilmiöstä ohjasi tai oli avuksi analyysia tehdessä ja sen eri vaiheissa, mutta aikaisemman tiedon merkitys ei kuitenkaan ollut teoriaa testaava (mts. 96–98).

Kyseisen teoriaohjaavan analyysin päättelyn logiikka on usein niin kutsuttua abduktiivista päättelyä, eli analyysin ajatteluprosessissa vaihtelevat aineistolähtöisyys ja toisaalta valmiit mallit. Teoriaohjaava analyysi kuitenkin perustuu myös induktiiviseen päättelyyn eli logiikkaan, jonka mukaan yksittäisestä tehdään yleistä, mutta siihen tuodaan teoriaohjaavuuden mukaisesti teoria ohjaamaan lopputulosta. (Mts. 100.) Toisaalta teemoittelua tehdessäni päättelyni oli lähempänä induktiivista päättelyn logiikkaa, koska en juurikaan nojannut alustavia analyysieja tehdessä aiempaan tietoon asiasta, vaan pyrin siihen, että teemat nousevat puhtaasti aineistosta, enkä määrittäisi niitä ennalta. Lisäksi kirjoitin teoriaosuuden loppuun vasta analyysien kirjoittamisen jälkeen, jolloin sekään ei ohjannut aineiston lukemista tai alustavaa analysointia liikaa. Kuitenkin aiempi tieto eläköitymisestä ohjasi jonkin verran tekemiäni ennakkoolettamuksia esimerkiksi siitä, minkälaisia teemoja aineistosta nousisi tutkimuskysymyksiini liittyen. Analysointia kokonaisuutena katsoen nojasin kuitenkin enemmän abduktiiviseen päättelyyn, eli aineistolähtöisyyden ja toisaalta valmiiden teorioiden, mallien ja tulosten yhdistelmään (mts. 100).

Exceliin litteroidut vastaukset toimivat analyysini aineistona, johon myös sisällönanalyysia aloin konkreettisesti soveltamaan. Vastauksissa ihmiset pääsääntöisesti vastasivat kysymyksiin suoraan, melko lyhyesti ja ytimekkäästi. Näin ollen tuntui loogiselta lähteä purkamaan vastauksia ensimmäisen tutkimuskysymyksen ja sen alakysymysten mukaisesti. Käytännössä litteroitua aineistoa pyritään usein teemoittelemaan, eli litteroitua tekstiä pyritään pilkkomaan ja erittelemään siitä samankaltaisuuksia, eroavaisuuksia sekä niiden toistuvuutta (mts. 92–93). Samankaltaisia aiheita kerätään yhteen ja niitä voidaan nimetä sisältöä kuvaavilla teemoilla. Teemoittelun lisäksi voidaan tehdä luokittelua, joka on sanallisen aineiston esittämistä määrällisesti. Toisin sanoen luokkia tai teemojen esiintyvyyttä sekä toistuvuutta voidaan laskea ja määriä voidaan esittää taulukoissa. Näiden lisäksi mahdollista on tyypittely, jonka avulla aineiston teemoista etsitään esimerkiksi teemaan sisältyvien näkemysten yhteisiä ominaisuuksia, joiden avulla voidaan tehdä teemaa koskeva tietynlainen yleistys eli tyyppiesimerkki. (Mts. 92–93.)

Itse nojasin etenkin teemoittelun ja luokitteluun. Litteroidessa olin lukenut aineistoa läpi ja saanut siitä kattavan käsityksen. Aloitin teemoittelun läpikäymällä ensin odotuksia ja eläköitymistä seuranneita positiivisia asioita. Vastauksia lukiessa huomasin, että lisääntynyt aika, vapaus sekä mahdollisuus tehdä erilaisia asioita korostuivat vastauksissa. Merkitsin suoraan Exceliin keltaisella värillä sanat vapaudesta, mutta myös vapautta ja mahdollisuuksia kuvaavat sanat, kuten ”vapautta tehdä...”, ”vapaus...”, ”on vapaa...”, ”voi tehdä/mennä...”, ”mahdollisuus...”, ”ei tarvitse...”, ”aikatauluttomuus”, ”saa...”, ”voi...”, ”saan tehdä...”, ”voin...”, ”ei tarvitse...”, ”ei aamu herätyksiä”, ”oma valintainen ajankäyttö”, ”saa tehdä sitä mistä pitää/mitä haluaa” ja ”ei tarvitse elää kellon mukaan”. Vihreällä värillä merkitsin tekstiin lisääntyntä aikaa koskevat ilmaukset ja sanat, kuten ”lisää aikaa”, ”lisää vapaa-aikaa”, ”enemmän aikaa”, ”aikaa...”, ”vapaa-aikaa”, ”ehtii...”, ”ei ole kiire” ja ”kiireetöntä...”. Huomasin kuitenkin, että erottelu tai teemoittelu on liian karkea ja odotuksia koskevista vastauksista vähintään yli 200 vastausta sisälsi vähintään yhden vapautta tai aikaa koskevan ilmauksen tai suoraan niihin kohdistuvan odotuksen, useassa oli molemmat. Samalla tavoin eläköitymistä seuranneiden positiivisten asioiden kohdalla yli 230 vastausta sisälsi vähintään yhden vapautta tai aikaa koskevan ilmauksen ja suurimassa osassa lopuista vastauksista oli viitteitä vapauteen tai aikaan, vaikka niitä ei mainittu suoraan. Vaikka ajan ja vapauden teemoittelu osoittautui liian karkeasti, se antoi hyvän ja selkeän kuvan siitä, kuinka aika

ja vapaus leimaavat niin eläköitymistä koskevia odotuksia, kuin eläköitymisen jälkeisiä kokemuksia.

Ajan ja vapauden teemoittelusta pääsin kuitenkin lähemmäs tutkimuskysymyksiäni ja sitä, että vastauksia on eroteltava tarkemmin ja etsittävä niitä kohteita ja asioita johon vapauden ja ajan kautta luodaan odotuksia ja joihin positiiviseksi koetut asiat kohdistuvat. Näin ollen lähdin erilaisilla väreillä merkitsemään edellä mainittuja asioita ja pian huomasin, että tietyt asiat toistuvat usein. Tekstin käsiteltävyyden ja luettavuuden vuoksi muodostin jokaista neljää vastauspatteristoa (pelot, odotukset, negatiiviset asiat, positiiviset asiat) kohden oman Excel-välilehden, jolle lähdin pilkkomaan pelkoja, odotuksia, sekä kielteisiä ja myönteisiä asioita koskevia vastauksia tarkemmin. Aloin purkamaan jokaista litteroitua vastausta yksitellen niin, että erottelin sen sisältämät asiat eri teemojen alle. Koska vastaukset olivat pääsääntöisesti sen verran lyhyitä ja vastasivat suoraan kysyttyihin kysymyksiin, pystyin erottelemaan jokaisen litteroidun vastauksen erikseen ja pilkkomaan koko vastauksen eri teemojen alle. Jos vastauksessa oli osia, jotka eivät sopineet luomiini useasti toistuviin teemoihin, sijoitin vastauksen tai sen osan muuta-sarakkeen alle ja myöhemmin erottelin vielä kyseiset vastaukset tarkemmin ja katsoin, onko niissä tutkittavan ilmiön ja tutkimuskysymysten kannalta olennaista huomioitavaa. Saatoin tehdä niistä vielä erityisiä luokitteluja, mutta pääsääntöisesti ne olivat lopullisten analyysien kannalta yksittäisiä tapauksia, jotka jätin huomiotta.

Käsittelin kaikkien neljän kysymyspatteriston (pelot, odotukset, positiiviset seuraukset, negatiiviset asiat) vastaukset samalla tavalla ja jokaiseen välilehteen alkoi syntyä erilaisia teemoja, joiden alle vastaukset pilkkoutuivat (ks. liitteet 2-5). Etsin vastauksista samankaltaisuuksia eli teemoja, jotka toistuivat usein. Merkitsin ylös myös mahdolliset poikkeavuudet tai ristiriitaisuudet, joita oli kuitenkin teemojen sisällä hyvin vähän. Vastausten erottelun ja teemoittelun kautta jokaisen teeman otsikon alle kerääntyi samaa teemaa koskevien vastausten osat ja pystyin lukemaan samaan teemaan kuuluvia vastauksia kerralla. Näin sain teemoista ja niiden sisällöistä paremman kokonaiskuvan ja pystyin nimeämään teemoja kuvaavilla nimillä. Tämä helpotti myös teemojen tarkempaan analysointia ja vertailua.

Kaikki vastaukset olivat pääpiirteittäin melko selkeitä ja odotusten, pelkojen sekä seurausten kohteita nimettiin selvästi. Kovinkaan monen vastauksen kohdalla ei ollut ongelmia vastauksen erittelyssä. Toisinaan sama vastaus saattoi sijoittua useamman

teeman alle, jos lauseessa esimerkiksi puhuttiin työkavereiden häviämisestä johtuvasta yksinäisyydestä. Tällaisia tapauksia oli kuitenkin vähän. Haastavampaa teemoiteltaessa oli pitää mielessä se, ettei tulkitse tekstiä liikaa sen ulkopuolelta tai takaa. Esimerkiksi työyhteisön poisjäämistä koskevista vastauksista olisi saattanut helposti tehdä oletuksen, että ihminen kokee itsensä sen vuoksi ulkopuoliseksi tai että sosiaaliset suhteet ovat vähentyneet. Jos henkilö ei kuitenkaan todennut tätä yhteyttä suoraan, vastaukseen jäi paljon tulkinnanvaraa, eikä sitä ei voinut sijoittaa ulkopuolisuutta tai sosiaalisia suhteita koskevan teeman alle. Pyrin olemaan mahdollisimman objektiivinen lukemalla ja erottelemalla tekstiä vain sen perusteella, mitä vastauksissa sanottiin ja mitä niistä pystyi suoraan toteamaan. Toisaalta joissakin vastauksissa haasteita loivat vastaajien kielelliset erot. Vastaajat saattoivat esimerkiksi käyttää hieman poikkeavia sanoja tai kuvauksia samoista asioista ja vastaukset saattoivat olla epäselvempiä tai polveilevampia kuin toiset, ja näin ollen aiheuttivat myös erittely- ja tulkintahaasteita. Lisäksi eläköitymisen jälkeen myönteiseksi koettuja asioita oli vaikeampi teemoitella, kuin odotuksia tai pelkoja ja kielteiseksi koettuja asioita. Myönteiset asiat ja kokemukset sisälsivät enemmän abstraktimpia asioita ja vastauksia oli näin ollen vaikeampi erotella osiin. Vastaukset olivat myös useammin tulkinnanvaraisempia ja usein yksi lause sisälsi paljon hyvin erilaisia asioita.

Kun olin eritellyt, ryhmitellyt ja teemoitellut aineiston, tein niistä vielä luokitteluja, eli laskin asioiden määrällistä esiintyvyyttä ja osuutta aineistossa. Sen jälkeen laskin eri teemojen vastausten prosentuaalisia osuuksia kaikista vastaajista (ks. liite 19). Tämän jälkeen aloin sanallisesti kirjoittamaan auki teemoihin ja luokitteluihin sisältyviä havaintoja ja tuloksia, joiden kautta ensimmäiset analyysit alkoivat muodostua ja sain alustavia vastauksia ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni ja sen alakysymyksiin. Tämän jälkeen pääsin selvittämään vastauksia toiseen tutkimuskysymykseeni, eli siihen miten sukupuoli ja sosioekonominen asema vaikuttavat eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa. Pystyin järjestämään Exceliin teemoiteltuja vastauksia vastaajien taustatietojen mukaisesti. Yhden vastaajan vastaukset, niiden osiin pilkotut teemoitellut vastausten osat ja vastaajan taustatiedot löytyivät aina Excelistä samalta riviltä niin, että pystyin koodattujen taustatietojen avulla järjestämään vastauksia uudelleen taustatekijöistä käsin ja tarkastelemaan sitä, miten teemat järjestäytyvät sukupuolen tai ammattiaseman mukaan. Järjestellessäni vastauksia sukupuolen ja sosioekonomisen aseman mukaan, tein samalla havaintoja vastausten ryhmittymisestä tai jakautumisesta

sekä esiintyvyydestä. Seuraavissa luvuissa esittelen näiden työvaiheiden ja varsinaisten analyysien tulokset.

## 6 Eläköitymis- ja kolmannen iän kokemukset

Seuraavaksi esittelen teemoittelun ja luokittelun tulokset ja analysoin niiden sisältöä. Kahdessa ensimmäisessä alaluvussa 6.1 ja 6.2 aloitan analyysien läpikäynnin yleisistä teemoitteluista ja luokitteluista, eli tarkastelen muodostuneita teemoja ja niiden sisältöjä koko aineiston tasolla ja pyrin saamaan käsityksen siitä, miten kunta-alan työntekijät yleisesti ottaen käsittävät ja kokevat eläköitymistä sekä kolmatta ikää. Alaluvussa 6.3 ja 6.4 ja tarkastelen havaittuja teemoja ja niiden sisältöjä, eli eläköitymis- ja kolmannen iän käsityksiä ja kokemuksia vastaajien sukupuolen ja sosioekonomisen aseman kautta. Tuloksia ja analyysieja lukiessa on hyvä huomioda, että ensimmäisessä alaluvussa läpikäydyt teemat ja niiden sisällöt toimivat myös muiden analyysien ja analyysilukujen pohjana, eli kyseisiä teemoja ja niiden sisältöjä tarkastellaan taustamuuttujista (sukupuoli ja sosioekonominen asema) käsin. Tuloksia ja analyysieja lukiessa on hyvä tarkastella samanaikaisesti liiteteissä olevia taulukoita, jotka ovat toimineet analyysien pohjana ja joihin on tiivistetty aineiston olennaisimmat sisällöt sekä numeeriset tulokset.

### 6.1 Pelkojen ja kielteisten asioiden teemat ja sisällöt, sekä niiden muutokset

**Ennen eläköitymistä koettujen pelkojen** osalta muodostui *kahdeksan eri teemaa*, joihin pelot kohdistuivat tai joista ne muodostuivat, sekä *”ei pelkoja”-osio* (ks. liite 2). Selvästi eniten pelkoja kohdistui kaikkien vastaajien osalta talouteen ja terveyteen, mutta myös aktiivisuuteen ja ajankäyttöön, sekä sosiaalisten suhteiden menetykseen liittyen.

**Eläköitymisen jälkeen eniten kielteisiä asioita** (ks. liite 3) havaittiin talouteen, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyteen vähenemiseen liittyen. Pelkojen ja kielteisten asioiden välillä teemat kuitenkin pysyivät pitkälti samoina, ainoastaan turhautumisteema jäi pois ja uusina teemoina esiin nousivat sopeutuminen ja työterveyshuollon menetys. Toisaalta turhautumisteeman merkitys oli koko aineiston osalta vähäinen jo pelkojen kohdalla, ja sama koski uusia sopeutumis- ja työterveyshuollon menetysteemoja kielteisissä kokemuksissa. Yleisesti peloista kielteisten asioiden tarkasteluun siirryttäessä teemojen sisältöihin saattoi tulla jonkin verran muutoksia, mutta kyse oli lähinnä teemojen sisällön täydentymisestä, eikä esimerkiksi merkittävistä sisältömuutoksista. Teemojen sisällä tai vastauksissa ei yleisesti ollut suuria ristiriitaisuuksia, vaan vastaukset koostuivat samankaltaista asioista ja olivat saman suuntaisia.

Kuten edellä totesin, **ennen eläköitymistä** eniten pelkoja kohdistui *talouteen*, kun yli 30 % vastaajista kommentoi talouteen liittyviä pelkoja. Vastauksissa pohdittiin eläkkeen riittävyttä ja sen pienuutta, mutta suurimmasta osasta vastauksista ei voinut päätellä sitä, kuinka pahoja talousvaikeuksia vastaajat eläköitymisen jälkeen saattavat kokea tai kuinka suuresta elintason laskusta olisi kyse. Joistakin vastauksista saattoi vain yleisesti todeta, että tulot todella koettiin pieniksi ja tulojen pienuus aiheuttaisi tulevaisuudessa ongelmia. Osassa vastauksissa taas oli kyse enemmän siitä, että eläke koettiin yleisesti palkkaa pienemmäksi ja asia koettiin ikäväksi tai se vaatisi sopeutumista. Vain yhdessä vastauksessa todettiin, että pieni eläke voi tuntua aluksi huonolta, mutta se olisi kuitenkin yleisesti melko hyvä, eikä varsinaisia taloushuolia pelätty. **Eläköitymisen jälkeen** tuloihin liittyvistä kielteisistä asioista vain noin seitsemän prosenttia sisälsi suoraa puhetta konkreettisista toimeentulovaikeuksista tai rahaongelmista. Lopuissa vastauksissa lähinnä mainittiin, että eläke koetaan pieneksi tai tulot olivat laskeneet. Moni myös mainitsi, että tulojen vähenemisestä huolimatta eläkkeellä pärjäsikin ja esimerkiksi vapaus oli rahaa tärkeämpää. Toisaalta moni totesi, että raha ei riittänyt kaikkeen mitä halusi tehdä. Silti vastauksissa ei puhuttu suoraan talousvaikeuksista. Kyse ei siis ollut monen kohdalla välttämättä varsinaisista talousongelmista, vaan elintasoon liittyvistä muutoksista. Toisaalta monelle voi olla kynnyksikysymys puhua suoraan talousvaikeuksista.

*Talouden* osalta teeman merkitys kuitenkin kasvoi noin kuudella prosentilla siirryttäessä pelkojen tarkastelusta kielteisten asioiden tarkasteluun (ks. liite 6). Kuten totesin, suurimmasta osasta vastauksista ei voi päätellä sitä, kuinka vakavista tai isoista rahavaikeuksista oli kyse, tai onko kyse enemmän siitä, että eläke on yksinkertaisesti palkkatuloa pienempi, mutta se ei silti aiheuta varsinaisia toimeentulo-ongelmia. Tulotason lasku koetaan kuitenkin lähes aina kielteisesti, vaikka kyse ei olisi niinkään taloudellisista ongelmista. Silti eläkeläisten koulutus, tulot ja varallisuus ovat vuosikymmenten aikana parantuneet ja eläkeläisten toimeentulosta muodostuu erilaisten objektiivisten mittareiden valossa melko myönteinen kuva (Ahonen ym. 2018, 16). Ahonen ym. (2018, 50) kuitenkin toteaa, että subjektiivisesti tarkasteltuna moni eläkeläinen kokee jonkinasteisia toimeentulovaikeuksia ja heidän taloudellinen tilanteensa näyttää edellyttävän monien osalta jossain määrin kulutuksesta tinkimistä ja menojen sopeuttamista tuloihin. Kuitenkin haastavimmat toimeentulovaikeudet ovat harvinaisempia eläkeläisten kokemuksissa (mts. 16).



**Ennen eläköitymistä** *terveyteen* kohdistui vajaalla 30 prosentilla vastaajista pelkoja ja peloissa oli suurimmaksi osaksi kyse siitä, että toivottiin eläköitymisen jälkeen terveyden säilymistä tai hyvää terveyttä. Jos kyse oli toiveen sijasta enemmän pelosta, kyse oli usein vanhenemisesta johtuvista sairauspeloista, eikä niinkään suoraan eläköitymisestä johtuvista negatiivisista terveyteen liittyvistä asioista. Toisin sanoen vastaajat ajattelivat terveyden ja kunnon huononemista pidemmällä aikajänteellä ja ikääntymisen kautta, eivätkä niinkään suoraan eläköitymisestä johtuvana. Noin kahdessatoista prosentissa terveyteen liittyvissä vastauksissa terveys liittyi myös aktiivisuuteen ja ajankäyttöön ja tällöin terveys ja aktiivisuus esiintyivät samassa lauseessa. Tällöin kyse oli lähinnä siitä, että oman passiivisuuden pelättiin aiheuttavan kunnon huononemista ja terveyshaittoja. **Eläköitymisen jälkeen** vain noin neljä prosenttia kommentoi terveyteen liittyviä kielteisiä asioita ja havainnoista reilu puolet koski konkreettisesti terveyden tai jaksamisen huononemista. Loput vastaukset sisälsivät lähinnä toiveen terveyden säilymiseen jatkossakin, tai pelon sairastumisesta myöhemmin ikääntymisen vuoksi.

*Terveysteeman* merkitys siis selvästi laski siirryttäessä pelkojen tarkastelusta kielteisten asioiden tarkasteluun (ks. liite 6). Kuten jo aiemmin totesimme, pelkojen kohdalla oli usein kyse terveyden toivomisesta tai vakavien sairauksien pelosta, eikä siitä että eläköityminen varsinaisesti itsessään aiheuttaisi sairauksia tai terveyshaittoja. Ajatukset saattoivat myös olla ennemmin vanhenemiseen yleisesti liittyvää, eivätkä niinkään eläköitymiseen suoraan liittyviä. Joka tapauksessa terveyden menettäminen on yksi yleisin epävarmuutta synnyttävä uhkakuva ja eläköitymisen jälkeen liikunnan sekä erilaisten terveiden elämäntapojen merkitys korostuu keinona hallita ja ylläpitää terveyttä (Halen 2019, 145–146). Tämä näkyi kielteiseksi koetuissa asioissa, kun terveyteen liittyvät toiveet tai yleisluontoiset sairauspelot jäivät pois ja vastaajat kommentoivat suurimmaksi osaksi konkreettisesti eläköitymisen jälkeen havaittuja terveyteen kielteisesti liittyviä asioita, joita oli kuitenkin melko vähän muihin teemoihin verrattuna. Tulos myös mukailee aiempien tuloksia ikääntyvien subjektiivisesta terveydestä. Vaikka on selvää, että koettu terveydentila heikkenee ja sairauksien määrä lisääntyy iän kasvaessa ja vaikka yli 65-vuotiaiden keskuudessa koettu terveys on jonkin verran huonontunut tai pysynyt melko lailla samana viimeisten reilun viiden vuoden aikana, silti yli 40 % heistä kokee terveytensä hyväksi tai melko hyväksi (Koskinen, Manderbacka & Koponen 2018, 50–52). Myös fyysinen toimintakyky on parantunut voimakkaasti viime vuosikymmeninä ja suurin osa yli 65-vuotiasita omaa hyvän fyysisen toimintakyvyn,

vaikka toimintakyvyn haasteita luonnollisesti tulee iän myötä lisää (Sainio ym. 2018 108–112). Myös elämänlaatu heikkenee jonkin verran iän myötä, mutta iäkkäiden elämänlaatu on etenkin viimeisten parinkymmenen vuoden aikana parantunut ja jopa yli 60 % yli 65-vuotiaista kokee elämänlaatunsa hyväksi (Koskinen ym. 2018, 24–26). Todennäköisesti tämä johtuu myös siitä, että eläkkeelle siirrytään pääsääntöisesti terveinä ja toimintakykyisinä, eikä ikä vielä eläköitymisen alussa vaikuta terveyskokemuksiin kielteisesti.

**Ennen eläköitymistä** Ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä pelkoja oli noin kahdellakymmenellä prosentilla vastaajista. Suurin osa peloista koski ajankäyttöä, eli sitä onko eläköidyttyä liikaa aikaa tai miten vapautuneen ajan saa täytettyä, tai miten rytmittää päivät mielekkäästi. Samalla pelättiin usein passivoitumista. Toisaalta osalla oli myös päinvastaisesti huoli siitä, riittääkö aika kaikkeen siihen mitä haluaisi eläkkeellä ollessa tehdä. **Eläköitymisen jälkeen** teemaan liittyvissä vastauksissa oli kyse usein siitä, että ihmiset kokivat toimeentuloa, passivoitumista tai muuttuneensa saamattomiksi. Lisäksi päivissä ei koettu olevan rutiinia tai rutiinit ja elämänrytmi oli luotava uudelleen. Vastaajat eivät olleet myöskään löytäneet tarpeeksi mielekästä tekemistä, tai ajankäyttö tai arki ei ollut täyttynyt aivan sillä tavalla, kuin olisi toivottu. Myös läheisten koettiin vaikuttavan ajankäyttöön noin kuudessatoista prosentissa ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvistä vastauksista. Tällöin sairaat sukulaiset tai muut läheiset vaikuttivat ajankäyttöön tavalla, josta vastaajat eivät pitäneet. Noin kymmenessä prosentissa ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvistä tapauksista vastaus sijoittui myös terveysteen alle ja vastauksissa todettiin passivoitumisen aiheuttaneen terveyden huononemista tai päinvastoin. Osassa myös mietittiin omaa jaksamista läheisten luomien ajankäyttö- ja aktiivisuuspaineiden vuoksi.

Teeman merkitys laski noin kuusi prosenttia siirryttäessä pelkojen tarkastelusta kielteisten asioiden tarkasteluun (ks. liite 6). Pelkoja ja havaittujen kielteisiä asioita tarkasteltaessa teeman sisällöt olivat kuitenkin melko samanlaisia ja voidaankin todeta, että pelot tietyssä määrin kävivät eläköitymisen jälkeen toteen. Myös Halenin (2019, 130) tutkimuksessa on havaittu, että moni kokee työn konkreettisesti rytmittävän päivää ja pitävän aktiivisena, joten ei ole ihme, että joillekin eläköityminen aiheuttaa kielteisiä ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä kokemuksia. Lisäksi kaikille mielekkään tekemisen löytäminen työn tilalle ei ole helppoa tai edes aina taloudellisesti mahdollista (Halen 2019, 141). Ajankäytön ja aktiivisuuden suhteen kuitenkin koettiin enemmän

pelkoja kuin varsinaisia kielteisiä asioita, joten siirtymä eläkkeelle ei ehkä ollut niin iso tai järjestyttävä muutos, kuin aluksi pelättiin. Eläköitymisen jälkeen aineistossa oli havaittavissa myös *sopeutumispuhetta*, josta muodostui uusi itsenäinen teema. Sopeutumisnäkemystä voi tukea myös peloissa havaitun *turhautumisteeman* häviäminen kielteiseksi koetuissa asioissa. Toisaalta myös myönteisten asioiden puolella ajankäytön ja aktiivisuuden positiivisen kommentoinnin lisääntyä verrattuna odotuksiin ja kielii näin ollen sopeutumisesta.

**Ennen eläköitymistä** *sosiaalisten suhteiden vähenemisen* kohdalla suurin osa pelkäsi nimenomaan työkavereiden menetystä ja työyhteisön katoamista ja sitä kautta sosiaalisten kohtaamisten ja kontaktien vähentymistä. Muutaman kerran vastaus liittyi myös yksinäisyysteeman alle, kun sosiaalisten suhteiden vähentymisen pelättiin aiheuttavan yksinäisyyttä. **Eläköitymisen jälkeen** vajaa kolmannes vastaajista koki sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyviä kielteisiä asioita. Etenkin työkavereiden ja työyhteisön menetys koettiin kielteisesti ja samalla niiden katsottiin aiheuttavan yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteen katoamista, sekä sosiaalisten suhteiden ja kohtaamisten vähenemistä.

*Sosiaalisiin suhteisiin* liittyviä kielteisiä asioita kommentoi siis lähes puolet enemmän vastaajista eläköitymisen jälkeen (ks. liite 6). Teemaan liittyvät asiat voivat tulla monelle yllätyksenä tai teeman kohdalla mainitut asiat saatetaan havaita konkreettisesti vasta, kun on siirrytty eläkkeelle ja kohdattu seuraukset omakohtaisesti. Myös Halen (2019, 130, 138) toteaa, että työyhteisö ja sosiaaliset suhteet ovat hyvin merkityksellisiä monelle ja moni kaippaa työtovereita eläköitymisen jälkeen. Työ tyydyttää etenkin sosiaalisia tarpeita ja tuo yhteen kuulumisen tai -liittymisen tunnetta (Hakanen 2011, 30–34). Usein ihmiset, joilla on mielekäs ja tyydyttävä työ ja jotka kokevat kuuluvansa työporukkaan ja työyhteisöön, kokevat myös sosiaalisten tarpeiden ja yhteenkuuluvuuden tyydyttymistä ja työssä olevat sosiaaliset suhteet sekä työyhteisö koetaan merkitykselliseksi ja tärkeiksi (mts. 30–34). Tällöin niiden menetys koetaan kielteisesti ja työyhteisön ja sitä kautta ihmissuhteiden menetys aiheuttaa monelle yksin jäämisen, eristäytymisen ja ylipäättään uusien ihmissuhteiden löytämättä jäämisen pelkoa ja kokemuksia (Halen 2019, 141). Mielenkiintoista on kuitenkin se, että harva silti kuitenkaan pitää entisiin työtovereihin paljon yhteyttä (mts. 138).

**Ennen eläköitymistä ja eläköitymisen jälkeen läheisiin ihmissuhteisiin, yksinäisyyteen, merkityksellisyyteen ja turhautumiseen** liittyi edellä esiteltyjä teemoja huomattavasti vähemmän pelkoja ja kielteisiä kokemuksia. Lisäksi kaikkien näiden teemojen osalta niiden merkitys laski siirryttäessä pelkojen tarkastelusta kielteiseksi koettujen asioiden tarkasteluun ja muutos oli alle neljän prosentin luokkaa (ks. taulukko 6). Vastaajat esimerkiksi pelkäsivät parisuhteen muuttumista ja puolison terveyteen liittyviä asioista, yksinäisyyttä, ulkopuolisuutta ja eristyneisyyttä, tarpeettomuutta, arvottomuutta ja merkityksellisuuden puutetta sekä turhautumista. Eläköitymisen jälkeen kyseiset pelot olivat muuttuneet kielteisiksi kokemuksiksi, eli pelot olivat käyneet toteen. Turhautumisteema tosin hävisi kokonaan eläköitymisen jälkeisistä kielteisistä kokemuksista ja sen merkitystä pohdimme jo ajankäyttö- ja aktiivisuusteeman yhteydessä.

*Parisuhteeseen ja läheisiin* liittyvä teema koostui pelkojen ja kielteisten asioiden osalta pitkälti samanlaisista sisällöistä. Vastauksissa tiivistyi se, että parisuhteen tila ja yhteinen ajankäyttö mietityttää, kun molemmat parisuhteen osapuolista ovat kotona. Myös Halenin (2019, 192) aineistossa vastaajat usein kaipasivat parisuhteen osalta etenkin omaa aikaa tiiviin yhdessäolon ja tekemisen vastapainoksi. Tulosten osalta voidaan todeta, että parisuhdetta koskevan puheen kohdalla oli nähtävissä se, että vastaajien pelot kävivät eläköitymisen jälkeen pääsääntöisesti toteen ja se mitä ennen eläköitymistä osattiin pelätä, toteutui ja koettiin kielteisenä eläköitymisen jälkeen. Puolisoita koskevien pelkojen kohdalla onkin todennäköisesti kyse parisuhteen laadusta ja ne, joilla on ennen eläköitymistä haasteita suhteessaan, todennäköisesti kokevat niitä eläköitymisen jälkeenkin ja osaavat ennakoida ongelmia. Parisuhteen tilan ja ajankäytön lisäksi vastaajat totesivat muiden läheisten määrittävän eläköityvien omaa ajankäyttöä. Halenin (2019, 161) aineistossa vastaajien suhteet läheisiin, esimerkiksi omiin lapsiin, vanhempiin ja sisaruksiin kuvattiin suurimmaksi osaksi lämpiminä ja läheisinä. Tämä kuitenkin aiheutti esimerkiksi läheisten sairastuessa huolta ja epävarmuutta ja avun antaminen saatetaan kokea myös kuormittavana. (Halen 2019, 148, 161.) Aineistossani näkyivät samat asiat ja vastauksissa oli havaittavissa se, että monet eläkeikäiset ovat tällä hetkellä tilanteessa, jossa monella on omien lapsien ja lapsenlapsien lisäksi elossa omat vanhemmat, appivanhemmat tai muut iäkkäät sukulaiset (Danielsbacka ym. 2013, 38–45). Näin ollen he usein ajautuvat auttamaan sekä omia jälkeläisiään, mutta myös vanhempiaan ja muita sukulaisiaan (mts. 38–45). Usein tällainen sukupolvien välinen

kanssakäyminen ja avunanto koetaan mielekkäänä ja iloa antavana, mutta toisinaan se tuottaa myös päinvastaisia kokemuksia ja kuormittaa (Halen, 2019, 149).

Vaikka työkavereiden, työyhteisön ja sosiaalisten suhteiden menetys näyttääkin lisääntyneet eläköitymisen jälkeen, *yksinäisyys* ei näytä lisääntyneen tai olevan aineistossa merkittävää (ks. liite 6). Kyse voikin kuitenkin olla siitä, että moni ei koe varsinaista yksinäisyyttä, vaikka työhön liittyvät sosiaaliset suhteet vähenevät eläköitymisen vuoksi. Voi olla, että muut ihmissuhteet kompensoivat menetettyjä ihmissuhteita ja kyse on osittain elämäntilanteeseen sopeutumisesta ja siitä, että eläköitymisen jälkeinen todellisuus on pelkoja arkisempaa. On myös havaittu, että vähiten yksinäisyyttä kokevat juuri 60-69-vuotiaat, joiden keskuudessa yksinäisyyttä kokee vain noin seitsemän prosenttia (Toikka, Vuorjoki, Koskela & Pentala 2015, 9–10). Näin ollen ei ole yllättävää, että yksinäisyyden merkitys aineistossa oli pieni.

**Eläköitymisen jälkeen** *sopeutumiseen* ja *työterveyshuollon menetykseen* liittyvät teemat olivat uusia, vaikkakin niiden merkitys oli kohtalaisen pieni koko aineistossa. Työterveyshuollon osalta yksinkertaisesti koettiin kielteisenä sen menetys ja julkiseen terveydenhuoltoon turvautuminen. Sopeutumiseen liittyvistä vastauksista vähän alle puolet liittyivät työn menettämiseen ja siihen, että itse työtä ikävöitiin. Vajaa puolet teeman vastauksista liittyivät muuten siihen, että uusi elämä ja olotila vaati totuttelua, opettelua tai sopeutumista. Lopuissa sopeutumista koskevissa vastauksissa mainittiin sopeutuminen nimenomaan parisuhteessa, kun molemmat olivat kotona, eli vastaukset sijoittuivat myös läheisiä koskevan teeman alle. Vaikka sopeutumisteema oli uusi kielteiseksi koetuissa asioissa, sopeutumispuhetta oli havaittavissa myös peloissa. Peloissa havainnot kuitenkin jäivät vastausten epäsuoruuden, tulkinnanvaraisuuden ja vähäisyyden takia luokittelematta omaksi teemakseen. Joka tapauksessa on havaittu, että monelle työ antaa erityistä tarpeellisuuden tunnetta ja määrittää paljon ajankäyttöä (Halen 2019, 129–130). Lisäksi työn mielekkyys sekä merkityksellisyys motivoivat jatkamaan työssä (mts. 129–130), joten ei ole yllättävää, että jotkin havaitsevat sopeutumishaasteita tai ikävöivät työtä eläköitymisen alussa.

Edellä käsiteltyyn sopeutumiseen liittyvät läheisesti *merkityksellisyyteen* liittyvät havainnot. Merkityksellisyysteema sisälsi havaintoja siitä, että työ tuo merkityksellisyyden ja tarpeellisuuden tunnetta, jonka pelättiin ja koettiin katoavan eläköitymisen jälkeen. Monelle sopeutumiseen liittyvät asiat voivat tulla jonkin verran

yllätyksenä tai sopeutumiseen liittyviä asioita ei osata peloissa sanoittaa kunnolla, jolloin sopeutumishaasteita ei osata pelätä etukäteen, mutta niitä havaitaan kuitenkin selvemmin eläköitymisen jälkeen. Sama pätee todennäköisesti *työterveyshuoltoon*. Moni ei osaa pelätä tai ajatella työterveyshuollon menetystä, mutta sen hyödyllisyys ymmärretään vasta, kun palvelu ei ole enää käytettävissä. Sopeutumiseen liittyy todennäköisesti *merkityksellisyysteeman* merkityksen pieneneminen, eli eläköityminen ei sittenkään vaikuta merkityksellisyyden tai tarpeellisuuden kokemuksiin niin paljon kuin on pelätty. Toisaalta kaikkien edellä mainittujen teemojen merkitys oli koko aineiston osalta pieni.

Edellä käsittelyistä teemoista huolimatta peräti neljäsosa vastaajista **ilmaisi ennen eläköitymistä**, *ettei koe lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja*. Toisaalta kysymyksenasettelu lomakkeella sisältää oletuksen, että yleensä ihmisillä on pelkoja eläköitymisestä ja tämä saattaa ohjata vastaajia luettelemaan pelkoja, vaikka eivät niitä varsinaisesti etukäteen miettisikään. Jos peloista olisi esimerkiksi kysytty toisin, kuten ”onko sinulla eläköitymiseen liittyviä pelkoja?”, saattaa olla, että vielä suurempi osa vastaajista olisi todennut, ettei heillä ole lainkaan pelkoja. Tästä huolimatta **eläköitymisen jälkeen** vähän yli neljäsosa totesi, ettei heillä ole lainkaan eläköitymiseen liittyviä kielteisiä kokemuksia ja näin ollen vastaajien osuus pysyi hyvin vakaana. Neljäsosa heistä totesi, ettei ole vielä havainnut kielteisiä asioita ja usein sen todettiin johtuvan tuoreesta eläköitymisestä. Voisi kuitenkin kuvitella, että juuri eläköitymisen jälkeen on helpointa havaita erilaisia kielteisiä asioita, jotka johtuvat nimenomaan eläköitymisestä, eikä niinkään esimerkiksi vanhenemisesta yleensä. Vastausten määrän ja määrän vakauden perusteella voi päätellä, että eläköityminen ei lopulta ole ainakaan kovin negatiivinen tapahtuma ja moni osaa ennakoida pelkojen kautta niitä asioita ja haasteita, joita eläköityminen voi tuoda tullessaan. Näin ollen eläköityminen ei näytä myöskään olevan kovin yllättävä tai järisyttävä muutos ja moni näyttää sopeutuvan siihen pääsääntöisesti hyvin. Näitä havaintoja tukee myös odotusten ja toisaalta myönteisten asioiden havaintojen määrä, jonka perusteella ja joita vertaamalla voidaan todeta, että eläköityminen koetaan jonkin verran positiivisempänä, kuin negatiivisena elämäntapahtumana. Silti pelkoja tai kielteisiä asioita kokevien osuutta ei pidä vähäteellä ja monelle eläköityminen sisältää päinvastaisia kokemuksia.

## 6.2 Odotusten ja myönteisten asioiden teemat ja sisällöt, sekä niiden muutokset

**Eläköitymiseen liittyvien odotusten** suhteen nousi esiin peräti *kolmesta teemaa* ja ”ei odotuksia”-osio (ks. liite 4). Teemojen ja vastausten sisällön, sekä vastausten määrien

perusteella eläköityminen näyttää olevan suurimalle osalle erittäin positiivisena nähty ja odotettu elämänvaihe. Yleisesti odotuksia leimasi aikaan ja vapauteen liittyvät seikat. Lisäksi odotusten sijasta voitaisiin myös puhua usein aikomuksista tai toiveista. Useissa vastauksissa korostettiin eläköitymisen positiivista odotusarvoa ja esiin nousi puhe eläköitymisen ansaitsemisesta. **Eläköitymiseen jälkeen havaittuihin myönteisiin asioihin** sisältyivät pitkälti samat teemat kuin odotuksiin, uutena noussutta aamuteemaa lukuun ottamatta (ks. liite 5). Kuten odotuksissakin, läpileikkaavat teemat olivat vapaus ja lisääntynyt aika. Lisäksi myönteisissä asioissa tiivistyi pitkälti se, että odotukset olivat toteutuneet. Kuten pelkojen ja kielteisten asioiden osalta, myös odotusten ja myönteisten asioiden kohdalla teemojen sisällöt pysyivät pitkälti samoina. Sen sijaan pelkoihin ja kielteisiin asioihin verrattuna odotusten ja myönteisten asioiden teemojen painoarvoissa tapahtui suurempia muutoksia.

**Ennen eläköitymistä** ylivoimaisesti eniten odotuksia kohdistui *muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen*, kun selvästi yli puolet vastaajista kommentoi teemaan liittyviä odotuksia. Teema sisälsi kaikki ne vastaukset, jotka koskivat jollakin tavalla ajankäyttöä ja aktiivisuutta, mutta eivät sijoittuneet muiden teemojen alle. Teemaan sijoittuneita vastauksia tai vastauksen osia kuitenkin yhdisti kaksi asiaa, joita voidaan nimittää edellä mainittujen ajan ja vapauden käsitteiden kautta. Tarkemmin ottaen vastauksissa odotettiin etenkin aikatauluttomuutta, kiireettömyyttä, rauhaa, sitä että päivät eivät ole minuutilleen ennalta määrättyjä tai aikataulutettuja, sitä että saa tehdä asioita omaan tahtiin, ei tarvitse elää kellon mukaan, on aikaa toteuttaa niitä asioita joihin aiemmin ei ole ollut aikaa, voi keskittyä vain itselle mieluisiin ja tärkeisiin asioihin, on mahdollisuus elää itsensä näköistä elämää, on aikaa itselle, on enemmän vapautta, voi tehdä mitä haluaa ja milloin haluaa. Myös ajankäytön odotettiin olevan vihdoin omassa hallinnassa ja päätösvallan siinä itsellä. Lisäksi odotettiin rauhallisia aamuja, lisää aikaa ja vapaa-aikaa ja sitä ettei ole kiinni työssä. Myös **eläköitymisen jälkeen** eniten myönteisiä asioita koettiin liittyvän muuhun teemaan liittyen, kun peräti 75 % vastaajista kommentoi teemaan liittyviä myönteisiä asioita. Ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvät havainnot mukailivat pitkälti odotuksissa teemaan sisältyviä asioita. Esiin nousivat esimerkiksi aikatauluttomuus, kiireettömyys, vapaus, mahdollisuus määrätä itse omasta ajankäytöstään, voi tehdä mitä haluaa ja milloin haluaa tai olla tekemättä, se että on (paljon) aikaa ja vapaa-aikaa, voi viettää rauhallista ja rennompaa elämää, on oma rytmi, sekä yleisesti aikaa itselle.

Teeman merkitys kasvoi yli viisitoista prosenttia myönteiseksi koettuja asioita tarkasteltaessa (ks. liite 6). Vastaajien määrän lisääntyminen voi selittyä sillä, että ajankäyttö- ja aktiivisuusteeman alle sijoittuvat asiat ovat melko abstrakteja ja mahdollisesti vaikeammin sanoitettavissa ja hahmotettavissa ennen eläköitymistä, mutta eläköitymisen jälkeen kyseisiä asioista on helpompi sanoittaa oman kokemuksen kautta. Toisin sanoen, vaikka teeman alle sijoittuvat asiat koskettavat jossain määrin varmasti kaikkia eläköityneitä, niitä on helpompi havaita ja sanoittaa vasta, kun itse on kokenut eläköitymisen jälkeisen ajan. Toisaalta moni saattoi aluksi pelätä ajankäytön ja aktiivisuuden haasteita, jotka saattoivatkin osoittautua eläköitymisen jälkeen turhiksi. Tätä ajatusta tukee esimerkiksi ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvien kielteisten havaintojen vähyys verrattuna pelkoihin ja myönteiseksi havaittuihin asioihin. Toisaalta eläköidyttyessä vapautta ja autonomiaa on vain jos, esimerkiksi talous tai terveys eivät ole sille esteinä (Karisto & Konttinen 2004, 100). Kuitenkin myös Kariston ja Konttisen (2004, 100–101) tutkimuksessa suurimmalla osalla eläköityneistä on oman kokemuksensa mukaan juuri kysymyshetkellä parhaat mahdollisuudet tehdä ja harrastaa sitä mitä haluavat. Edellä mainittua tutkimusta mukaillen aineistoni vastaajilla vaikutti olevan paljon aikaa ja vapautta, jota he pystyivät myös melko vapaasti kohdistaa mieleisiksi katsomiinsa asioihin.

**Ennen eläköitymistä** seuraavaksi eniten odotuksia kohdistui *matkusteluun ja mökkeilyyn*, sekä *läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin*. Molempiin teemoihin kohdistui odotuksia noin kolmasosalta vastaajista. Matkustelun ja mökkeilyn osalta kyse oli siitä, että eläkkeellä odotettiin olevan enemmän aikaa ja mahdollisuuksia molempiin. Läheisten ja sosiaalisten suhteiden osalta odotettiin, että eläköityminen antaa aikaa tavata paremmin ystäviä ja että olisi yleisesti enemmän aikaa läheisille ja sosiaalisille kanssakäymisille. Myös *lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä, terveyteen, sekä liikuntaan ja ulkoiluun* kohdistui odotuksia noin 22-25 %:lla vastaajista. Suurimassa osassa *terveyteen* liittyvissä odotuksissa oli kyse toiveesta, että pysyisi eläkkeellä terveenä tai ettei sairastelisi, ja toisaalta aikomuksesta pitää parempaa huolta terveydestä ja hyvinvoinnista. Noin kolmasosa terveyteen liittyvistä vastauksista koski terveyden kohenemista eläköitymisen jälkeen, eli odotettiin psyykkisen ja fyysisen kuormituksen vähenemistä. *Lasten ja lastenlasten* osalta odotukset kohdistuivat siihen, että pystyisi ja ehtisi paremmin auttamaan heitä ja viettämään aikaa heidän kanssaan. *Harrastusten, liikunnan ja ulkoilun* osalta odotettiin aikaa ja mahdollisuuksia niiden tekemiselle.



Muita teemoja vähemmän odotuksia kohdistui *unelle ja levolle, kodille ja puutarhalle, lukemiselle, käsitöille, television katselulle ja muulle vastaavalle, työnteolle ja vapaaehtoistyölle, kulttuuriharrastuksille, sekä opiskelulle ja itsensä kehittämiseksi. Unen ja levon osalta odotettiin sitä, että voi levätä tai nukkua kun haluaa tai niin pitkään kuin haluaa ja milloin haluaa. Lisäksi odotettiin unenlaadun paranemista ja sitä, ettei ole aamuhätyksiä. Työnteon ja vapaaehtoistyön osalta kyse oli siitä, että vastaajat odottivat työn jatkamista eläkkeellä ollessa, tai että he voivat aloittaa vapaaehtoistyön, tai uhrata sille nykyistä enemmän aikaa. Muiden teemojen osalta oli kyse siitä, että teemoja koskeville asioille olisi enemmän aikaa ja mahdollisuuksia.*

**Eläköitymisen jälkeen** ajankäyttö- ja aktiivisuus teemaan luukunottamatta eniten myönteisiä asioita kohdistui *terveyteen, läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, uneen ja lepoon, liikuntaan ja ulkoiluun, lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä sekä matkusteluun ja mökkeilyyn.* Teemasta riippuen 18-26 % vastaajista kommentoi teemoihin liittyviä myönteiseksi koettuja asioita. Koetut *terveyteen* liittyvät myönteiset asiat olivat konkreettisia eläköitymisen seurauksena havaittuja asioita, eivätkä odotusten lailla yleisesti vanhuuteen tai vanhenemiseen liittyviä seikkoja tai toiveita. Havainnot liittyivät konkreettisesti fyysisien ja psyykkisen hyvinvoinnin kohenemiseen, joka johtui työstä eläkkeelle siirtymisestä. Merkittävää oli se, että noin 80 % teemaan sisältyvistä vastauksista liittyi juuri psyykkisen hyvinvoinnin kohoamiseen. Etenkin stressin koettiin vähentyneen, mutta myös työpaineiden vähentyminen ja työmurheiden unohtuminen toi helpotusta. Lisäksi mielen koettiin olevan ylipäättään rauhallisempi ja virkeämpi. Tämä psyykkisen terveyden korostuminen oli uutta peloissa, kielteisissä asioissa ja erityisesti odotuksissa esiintyneiden terveysteemojen sisältöihin verrattuna.

*Läheisten ihmissuhteiden ja sosiaalisten suhteiden, unen ja levon, liikunnan ja ulkoilun, lasten ja lastenlasten, harrastusten yleensä sekä makustelun ja mökkeilyn osalta kyse oli siitä, että odotuksissa mainitut asiat olivat käyneet toteen ja koettu myönteisiksi. Edellä mainituille asioille tosin sanoen oli aikaa ja mahdollisuuksia, kuten oltiin ennen eläköitymistä odotettu. Sama koski myös lukemiseen, käsitöihin, television katseluun ja vastaavaan, kotiin ja puutarhaan, kulttuuriharrastuksiin, työnteokseen ja vapaaehtoistyöhön, sekä opiskeluun ja itsensä kehittämiseen liittyviä teemoja. Opiskelu- ja itsensä kehittämisteemaan liittyi tosin sisäinen ristiriita, kun 20 % vastaajista totesi, että odottaa sitä, ettei tarvitse oppia mitään uutta. Myös Halenin (2019, 131) tutkimuksessa moni kommentoi, että työ tai uuden oppiminen ei enää innostanut*

ikäntyessä samalla tavalla. Loput aineistoni vastauksista kuitenkin koskivat nimenomaan sitä, että voi ja on aikaa itsensä kehittämiseksi ja mieluisalle opiskelulle.

Etenkin *matkustelun ja mökkeilyn, läheisten ja sosiaalisten suhteiden, lapsien ja lapsenlapsien, sekä harrastusten yleensä* merkitys laski siirryttäessä odotusten tarkastelusta myönteiseksi koettuihin asioihin, mutta silti kyseisiin teemoihin kohdistui kohtuullisesti havaintoja koko aineiston tasolla. Kariston ja Konttisen (2004, 56–57) tutkimuksessa ihmisiltä kysyttiin, millainen tapahtuma eläköityminen on ollut tai on, ja ihmiset odottivat eläköitymiseltä etenkin enemmän omaa aikaa ja mahdollisuuksia harrastaa sekä matkustaa. Lisäksi vastaajat kommentoivat, että terveys vaikuttaa suuresti siihen kuinka mielekkääksi uusi elämänvaihe osoittautuu (mts. 56–57). Kariston ja Konttisen (2004, 101) tutkimuksessa eniten harrastettiin television ja radion seuraamista, lehtien lukua, liikuntaa ja ulkoilua, urheilun seuraamista, kirjojen lukemista, puutarhanhoitoa, käsitöitä, kulttuuria, tanssia, opiskelua ja itsensä kehittämistä, vapaaehtoistoimintaa, taidemaalauksia, soittamista, kuorolaulua sekä vastaavaa toimintaa. Näin ollen harrastukset, aktiviteetit ja ajankäytön kohteet olivat pitkälti samat, jotka nousivat esiin käyttämässäni aineistossa.

*Matkusteluun ja mökkeilyyn* liittyvien vastaajien osuus putosi kuitenkin peräti puolella (ks. liite 6). Yleisesti vastauksista voidaan nähdä se, että eläköityneet ovat aktiivisia ja merkittävä kuluttajaryhmä esimerkiksi matkustamisen suhteen ja toisaalta he omistavat aiempiin sukupolviin verrattuna eri tavalla omaisuutta, esimerkiksi mökkien ja lomaosakkeiden muodossa. Kariston ja Konttisen tutkimuksessa (2004, 90) todettiin, että juuri eläköityneille etenkin mökillä olo ja luontoharrastukset ovat asioita, joihin pystyttiin uudella tavalla uhraamaan aikaa ja keskittymään. Vuonna 2017 kaikkien Suomessa kesämökkien omistavien keski-ikä oli 62-vuotta (Kesämökit 2018) eli merkittävän osan kesämökeistä omistavat eläkeikään tulevat henkilöt tai siinä jo olevat. Myös matkailu on yleistynyt kaikkein nopeimmin eläkeiässä olevien tai sitä lähestyvien keskuudessa (Karisto & Konttinen 2004, 147). Silti 65-74-vuotiaat tekivät vuonna 2017 noin kaksikymmentä prosenttia vähemmän ulkomaan vapaa-ajan matkoja kuin 25-64-vuotiaat (Tilastokeskus 2018b, 17). Toisaalta matkustelu ja mökkeily saa enemmän huomiota odotuksissa ja saattaa olla, että eläköitymiseen liittyy paljon suunnitelmia ja haaveita, mutta käytännön toteutus voi olla heikompaa. Myös varallisuus tai tulojen lasku voi vaikuttaa matkustusaktiivisuuteen.

*Läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin* liittyen teemojen sisällä oli sekä odotuksissa että myönteisissä asioissa eniten puhetta ystävistä ja puolisoista. Odotuksissa odotettiin enemmän aikaa, mahdollisuuksia ja voimia yhdessäoloon ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen. Myönteiseksi koettujen asioiden kohdalla nämä odotukset olivat toteutuneet ja läheisille sekä sosiaalisille kanssakäymisille oli saatu enemmän aikaa, mahdollisuuksia sekä jaksamista. Halen (2019, 125) toteaaakin tuoreessa väitöskirjassaan, että lähellä eläköitymistä olevat henkilöt usein tekevät suunnitelmia läheisten varalle ja yhteistä aikaa esimerkiksi puolison kanssa pääsääntöisesti odotetaan. Puolisoiden osalta yhteinen vanheneminen nähdään usein itsestään selvänä ja konkreettiseksi uhaksi näille odotuksille ja mielikuville on lähinnä oma tai puolison sairastuminen (mts. 125). Tämä näkyi myös käyttämässäni aineistossa. Myös Halenin (2019, 192) aineistossa puolisoista puhuttiin lämpimästi ja uutta yhteistä elämänvaihetta pääsääntöisesti odotettiin. Puoliso nähtiin usein tärkeänä henkisenä tukena, joka vaikuttaa myös omiin päätöksiin. Toisaalta puoliso tuo myös taloudellista turvaa ja mahdollisuuksia esimerkiksi elää tietyllä tavalla (mts. 126). Toisaalta on havaittu, että sosiaalinen kanssakäyminen, sekä perheen, ystävien ja tuttujen kanssa seurustelu on vähentynyt myös ikääntyvien keskuudessa (Ylikännö 2008, 77) ja tämä voi osittain selittää teeman merkityksen pienuuden koko aineiston kannalta. Toisaalta voi olla, että läheiset saatetaan kokea niin itsestään selvänä osana elämää, ettei niistä erikseen mainita myönteisten asioiden yhteydessä.

*Lapsiin ja lapsenlapsiin* liittyen on nähtävissä jonkin verran velvollisuuspuheeksi tulkittavaa tekstiä ja teeman merkityksen lasku voi johtua osittain siitä, että lapset tai lapsenlapset voidaan nähdä toisinaan myös kuormittavana velvollisuutena, eikä ainoastaan iloa tuottavana asiana. Esimerkiksi Halen (2019, 127) toteaa, että suurimmalla osalla on läheiset ja hyvät suhteet lapsiin sekä lapsenlapsiin ja heitä halutaan auttaa monin tavoin niin taloudellisesti, fyysisesti, kuin henkisesti. Etenkin lapsenlapset koetaan usein tärkeiksi ja heidän elämäänsä osallistumista suunnitellaan usein ennen eläköitymistä ja lastenlasten elämään osallistuminen voi jopa motivoida eläköitymään. Tärkeyden vuoksi lapset ja lapsenlapset kuitenkin aiheuttavat herkästi huolta ja vanhemmuus sekä isovanhemmuus koetaan myös erittäin velvoittavana asiana. Toisaalta avunantaminen omille jälkeläisille koetaan usein hyvin luonnolliseksi ja avunantamista ei välttämättä erityisesti korosteta. (Mts. 127–128, 148.)

Sen sijaan *terveyden, sekä unen ja levon* merkitys kasvoi tarkasteltaessa myönteisiä vaikutuksia. Terveiden kohdalla kyse oli muutaman prosentin kasvusta, mutta teeman

sisällön kannalta merkittävää oli se, myönteisissä asioissa puhuttiin konkreettisista havaituista terveyshyödyistä, kun taas odotuksissa kyse oli enemmän terveyden ja hyvän kunnon säilymisen toiveista ja siitä että on aikaa itsensä hoitamiselle. Etenkin psyykkisen terveyden korostuminen myönteisissä asioissa oli merkittävää. Vain alle kolmasosa terveyteen liittyvistä vastaajista kommentoi odottavansa henkisen paineen ja työstressin helpottamista eläköitymisen jälkeen, mutta myönteisissä vaikutuksissa peräti 80 % teemaan sisältyvistä vastauksista liittyi psyykkisen hyvinvoinnin paranemiseen, kuten työpaineiden häviämiseen ja stressin helpottumiseen. Henkisen hyvinvoinnin kohentuminen työn lopettamisen ja eläköitymisen jälkeen näyttää olevan iso asia vastaajille. Psyykkinen kuormittuneisuus onkin yleistynyt viime vuosina etenkin työikäisillä naisilla (Suvisaari, Viertiö, Solin & Partonen 2018, 85–89), joten ei ole yllättävää, että eläköityminen helpottaa tätä kuormittuneisuutta, joka näkyy myös aineistossa. Lisäksi 60-vuotiaat ja sitä vanhemmat omaavat nuorempia positiivisemmän mielenterveyden ja suurin osa 60-69-vuotiasita kokee positiivisen mielenterveyden vähintään kohtalaiseksi tai korkeaksi (Solin, Partonen, Suvisaari, Tamminen & Viertiö 2018, 129).

Henkiseen hyvinvointiin ja terveyteen läheisesti liittyen *unen ja levon* merkitys kasvoi yli puolella myönteisiksi koetuissa asioissa. Tämänkin teeman kohdalla näyttää siltä, että vaikka moni huomioi odotuksissa levon ja unen merkityksen, eläköitymisen jälkeen niillä havaitaan olevan vielä isompi merkitys. Yleisesti on todettu, että vaikka uniongelmat ovat yleisiä aikuisväestössä, suurin osa suomalaisista nukkuu silti hyvin (Partonen, Lundqvist, Wennman & Borodulin 2018, 42–44). Mielestään tarpeeksi nukkuvien osuus on korkeimmillaan yli 65-vuotiasita ja heistä yli 75 % kokee nukkuvansa hyvin (mts. 44). Näin ollen teeman merkityksen nousu ei ole yllättävää. Uneen ja lepoon, sekä ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyy tiiviisti myös *aamuteema*, joka nousi uutena teemana eläköitymisen jälkeen myönteisiksi koetuissa asioissa. Teema sisälsi aamuihin liittyvät havainnot ja kokemukset esimerkiksi siitä, että aamut ovat ylipäänsä rauhallisia tai parasta aikaa kiireettömyyden sekä lisääntyneen vapauden vuoksi. Aamuissa todennäköisesti unen tapaan konkretisoituu se vapaus ja kiireettömyys sekä rauha, jonka eläköityminen on tuonut tullessaan. Eläköidyttyessä aamuherätykset ja aamujen kiireys tai aikataulutettavuus jää pois ja asia on niin konkreettisesti havaittavissa, että moni kokee sen hyvin merkitykselliseksi.

*Liikuntaa ja ulkoilua, kotia ja puutarhaa, lukemista, käsitöitä, television katselua, työntekoa ja vapaaehtoistyötä, kulttuuriharrastuksia, sekä opiskelua ja itsensä kehittämistä* koskevien teemojen merkitys laski tarkasteltaessa myönteiseksi koettuja asioita, mutta lasku oli vähäisempää kuin matkustelun ja mökkeilyn, lasten ja lapsenlapsien, läheisten ja sosiaalisten suhteiden, sekä harrastusten yleensä osalta. Periaatteessa harrastuksia yleensä, liikuntaa ja ulkoilua, kotia ja puutarhaa, kulttuuriharrastuksia, sekä lukemista, käsitöitä, television katselua ja vastaavaa koskevat teemat olisi voinut yhdistää yhdeksi harrastuksia ja liikuntaa koskevaksi teemaksi, mutta toisaalta halusin erotella niiden sisältöjä tarkemmin. Erottelusta huolimatta teemat kuitenkin kertovat lähinnä eläköityvien ajankäytön kohteista ja sinällään niiden yksittäisistä merkityksistä on vaikea tehdä johtopäätöksiä, sillä todennäköisesti teemojen painotus riippuu paljon vastaajien ajatuksista ja vastausaktiivisuudesta kyseisellä hetkellä. Esimerkiksi harrastuksista ei kysytty lomakkeella tarkemmin, joten vastaajat ovat saattaneet hyvin sattumanvaraisesti ajautua puhumaan harrastuksistaan. Lisäksi osa on intoutunut luettelemaan harrastuksia laajemmin, kun joku toinen on voinut kuitata kaikki harrastukset yleisesti mainitsemalla vain harrastuksista. Jos teemat olisi yhdistetty, odotusten kohdalla peräti 69,68 % vastaajista olisi kommentoinut teemaan liittyviä odotuksia ja myönteisten asioiden kohdalla 62,21 % vastaajista olisi kommentoinut teemaan liittyviä myönteisiä asioita. Jos kyse ei ole vastausaktiivisuudesta, näyttää että aktiviteetit ja harrastukset saavat jonkin verran enemmän huomiota odotuksissa ja eläköitymisen jälkeen ollaan jonkin verran passiivisempia, kuin on suunniteltu.

Vaikka edellä mainittuja harraste- ja ajankäyttöteemojen yksittäisistä merkityksistä tai eroista ei voida edellä perustellun vuoksi sanoa mitään varmaa, voidaan todeta, että erilaiset harrastukset ovat eläköityville tärkeitä ja niihin uhrataan selvästi aikaa. Karisto ja Konttinen (2004, 104–106) havaitsivat tutkimuksessaan, että kolmella neljästä eläkeläisestä on jokin tärkeä harrastus ja harrastusten kirjo on hyvin laaja. He toteavatkin, että erilaiset harrastukset tuovat ihmisille merkityksellisyiden kokemusta ja ovat yksi sen tärkein lähde. Lisäksi harrasteukset korreloivat elämäntyytyväisyyden kanssa ja potentiaalisen toimintakyvyn kanssa, eli mielekkäät harrastukset ja tärkeät mielenkiinnon kohteet ovat voimavara, joka tukee elämää, tuo tyytyväisyyden tunnetta ja antaa uskoa omaan selviytymiseen. (Mts. 107.) Yksittäisistä harrastuksista vapaa-ajanliikunta on yleistä kaikissa ikäryhmissä 79-ikävuoteen asti, mutta esimerkiksi television katselu on suurinta juuri ikääntyvillä eläkeläisillä, joilla on enemmän myös aikaa (Borodulin ym.

2018, 38–40). Samoin lukeminen oli yleisintä yli 65-vuotiailla (Pääkkönen & Hanifi 2011, 38).

*Opiskeluun ja itsensä kehittämiseen* liittyvän teeman merkitys pysyi melko vakaana ennen ja jälkeen eläköitymisen. Vastauksiin sisältyi myös pari vastausta, joissa mainittiin juuri päinvastoin, eli onneksi ei tarvitse oppia uutta. Kummassakin määrät olivat kuitenkin koko aineiston vastaajien osalta pieniä, mutta teemasta ja niiden painoarvon vähenemisestä voidaan nähdä se, että opiskelu on laajassa mittakaavassa vanhuuseläkeväestössä selvästi vähäistä ja aktiivisten itsensä kehittäjien joukko on heidän keskuudessa pieni (Ylikännö 2008, 76).

*Työn jatkamisesta ja vapaaehtoistyön* aloittamisesta puhui odotuksissa noin seitsemän prosenttia vastaajista, mutta vain vajaa kolme prosenttia mainitsi teemaan liittyviä myönteisiä asioita. Kovinkaan moni ei myöskään puhunut työn jatkamisesta eläköitymisen jälkeen kielteisiksi havaituissa asioissa, joten kyse ei ole asian kokemuksen muutoksesta. Toisaalta kyse voi olla, että monilla on ajatus työn jatkamisesta tai vapaaehtoistyön tekemisestä ennen eläköitymistä, mutta todellisuudessa toteutus voi jäädä heikoksi. Toisaalta taloudellinen tilannekaan ei näytä ajavan vastaajia suurissa määrin jatkamaan työtä, vaikka monet kommentoivat taloudellisia asioita kielteisesti. Halenin (2019, 138) aineistossa moni koki työelämän ja eläköitymisen jälkeisen arjen hyvin erilaisena ja kokivat, että osa-aikaeläke helpottaa siirtymistä sekä sopeutumista uuteen elämänvaiheeseen ja samalla työn jatkaminen antaa elämään sisältöä ja tuo päiviin rytmiä. Toisaalta työn mielekkyys sekä merkityksellisyys motivoivat jatkamaan työssä (Halén 2019, 129–130). 65-74-vuotiaiden työllisyysaste eli työllisten määrä ikäryhmittäin on ollut kasvussa viimeiset parikymmentä vuotta ja vuonna 2017 se oli noin kymmenen prosenttia (Työllisyys ja työttömyys vuonna 2017). Vapaaehtoistyön osalta eniten vapaaehtoistyötä tekevät 15-24-vuotiaat ja toiseksi eniten 50-64-vuotiaat ja neljänneksi eniten 65-79-vuotiaat. Eläkeläisten tekemä vapaaehtoistyö on jonkin verran laskenut muutaman vuoden aikaan ja yli 65-vuotiaat ovat myös kaikista haluttomampia tekemään vapaaehtoistyötä. (Rahkonen 2018, 4–15.)

Kaksi vastaajaa oli sekä odotuksissa että eläköitymisen myönteisissä asioissa ilmaissut, *että heillä ei ole lainkaan odotuksia tai eläköitymiseen liittyviä myönteisiä kokemuksia*. Vastaajien muiden vastausten valossa asia on tulkittavissa niin, että heille eläköityminen on enemmän kielteinen asia. Lisäksi sekä odotuksissa että eläköitymisen jälkeisissä

myönteisissä asioissa alle 10 vastaajaa oli ilmaissut niin, että eläköityminen on hyvin neutraali asia, eikä siihen liity odotuksia tai myönteisiä asioita, mutta ei myöskään pelkoja tai kielteisiä asioita.

### 6.3 Eläköitymiskokemukset ja kolmasikä sukupuolittainen tarkasteluna

Edellisissä luvuissa 6.1 ja 6.2 esitellyt teemat ja niitä koskevat sisällöt sekä havainnot pysyivät sukupuolitarkasteluissa samoina, mutta niitä järjesteltiin ja tarkasteltiin vastaajien sukupuolen mukaan. Liitteissä seitsemän, kahdeksan, yhdeksän ja kymmenen on kerätty tiedot odotusten, pelkojen, kielteisten ja myönteisten asioiden sukupuolittaisista tarkasteluista. Taulukoissa on vaakariveillä edellisissä luvuissa läpikäydyt teemat. Pystysarakkeista katsottuna ylin, kaikkien vastaajien rivi kertoo, kuinka moni kaikista vastaajista on maininnut kyseiseen teemaan liittyviä asioita. Seuraavat rivit kertovat kuinka moni miehistä ja naisista on maininnut kyseisiin teemoihin liittyviä asioita ja kuinka suuren osan miesten ja naisten vastaukset käsittävät kyseisiin teemoihin kohdistuneista kaikista vastauksista. Liitteet yksitoista ja kaksitoista sisältävät pelkojen ja kielteisten asioiden, sekä odotusten ja myönteisten asioiden prosentuaaliset vertailut. Vertailutaulukoissa on vertailun helpottamiseksi sijoitettu allekkain edellisten taulukoiden tiedot. Seuraavaksi analysoin tarkasteluissa esiin nousseet tärkeimmät asiat ja tulokset. Tuloksia lukiessa on hyvä edelleen muistaa, että sukupuolijakauma on vinoutunut ja naisia on miehiin nähden huomattavasti enemmän.

#### 6.3.1 Pelot ja kielteiseksi koetut asiat

Sekä miehillä että naisilla eniten pelkoja kohdistui *talouteen* ja osuudet olivat sukupuolten kesken hyvin lähellä toisiaan. Miehistä vajaa kolme prosenttia enemmän koki talouteen liittyviä pelkoja, kuin talouteen liittyviä kielteisiä asioita. Naiset taas kokivat talouteen liittyviä pelkoja lähes kahdeksan prosenttia vähemmän, kuin kielteisiä asioita. Lisäksi naisilla oli miehiin nähden jopa kymmenen prosenttia enemmän kielteisiä kokemuksia. Tämä ei ole yllättävää, koska naiset ovat keskimäärin miehiä heikommassa sosioekonomisessa asemassa ja ansaitsevat miehiä vähemmän (Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16). Näin ollen naisilla eläke on noin neljäsosan miesten eläkettä pienempi (Uusitalo 2014, 142–146). Naiset ovat myös useammin kansaneläkkeen varassa (Jyrkämä 2013, 95).

Naisilla toiseksi eniten pelkoja kohdistui *terveyteen*. Eri teemojen osalta terveyteen kohdistuvien pelkojen kohdalla miesten ja naisten välillä oli suurin sukupuolten välinen

ero, kun naisilla oli lähes kymmenen prosenttia miehiä enemmän terveyteen kohdistuvia pelkoja. Eroa on kuitenkin vaikea selittää, sillä esimerkiksi Kariston ja Konttisen (2004, 91–92) tutkimuksessa miehet pelkäsivät naisia enemmän oman terveyden ja toimintakyvyn heikkenemistä, kun taas naiset pelkäsivät miehiä enemmän kuolemaa ja läheisten terveyden heikkenemistä. Toisaalta vastauksiin sisältyi paljon toiveita terveyden säilymisestä, jolloin kyse ei ollut aina konkreettisista eläköitymiseen suoraan liittyvistä terveyspeloista. Myös sukupuolijakauman vinoutuminen tulee huomioida. Siirryttäessä kuitenkin pelkojen tarkastelusta terveyttä koskivien kielteisten asioiden tarkasteluun, teeman kohdalla tapahtui merkittävä teeman merkityksen aleneminen ja merkityksen aleneminen oli vielä suurempaa naisilla kuin miehillä. Suurelta osin muutos selittyy sillä, että kielteisten asioiden kohdalla vastaukset muodostivat konkreettisista eläköitymisen jälkeen havaituista terveyteen liittyvistä asioista, jolloin vastausten määrä pieneni suhteessa pelkoihin, jotka sisälsivät paljon yleistä ikääntymiseen ja terveyteen liittyvää toive- ja pelkopuhetta. Joka tapauksessa naisilla oli miehiin verrattuna suhteellisesti enemmän pelkoja terveyteen liittyen, mutta terveyteen liittyvien kielteisten kokemusten osalta sukupuolten erot olivat pieniä. Samalla terveyteen liittyvät havainnot olivat eläköitymisen jälkeen koko aineiston osalta vähäisiä. Myöskään kansallisessa tasolla miesten ja naisten välillä ei ole selkeitä eroja nimenomaan koetussa terveydentilassa (Koskinen ym. 2018, 50).

*Ajankäytön ja aktiivisuuden* osalta naisilla oli miehiä enemmän pelkoja ja ero oli vajaa neljä prosenttia. Silti molempien sukupuolten osalta teemaan liittyviä pelkoja oli enemmän kuin kielteisiä asioita. Miehillä teeman merkityksen aleneminen oli kuitenkin naisia jonkin verran suurempaa ja naisista miehiä useampi koki teemaan liittyviä kielteisiä asioita. Sukupuolten välisten erojen syytä on vaikea arvioida ja erot voivat johtua myös sukupuolijakauman vinoutumisesta. Toisaalta voisi olettaa, että miehet kokevat enemmän ajankäyttöön ja aktiivisuuteen kohdistuvia pelkoja ja kielteisiä kokemuksia, koska miesten elämän on nähty rakentuvan enemmän työn varaan (Julkunen 2013, 64–65). Tällöin työn poisjäännin voisi olettaa aiheuttavan enemmän pelkoja ja kielteisiä kokemuksia ajankäytön ja aktiivisuuden suhteen, johon työ jättää aukon. Näin ei kuitenkaan näytä ainakaan suoraan aineiston perusteella olevan.

*Sosiaalisten suhteiden ja kohtaamisten vähentymisen* osalta miehillä oli enemmän pelkoja kuin naisilla ja sukupuolten välinen ero oli noin neljä prosenttia. Miehillä kohdistui myös toisiksi eniten pelkoja juuri kyseiseen teemaan liittyen. Teeman merkitys kasvoi



erityisesti miehillä, kun tarkasteltiin eläköitymisen jälkeisiä kielteisiä asioita. Miehet kokivat teemaan liittyviä kielteisiä asioita enemmän kuin pelkoja, ja miehistä peräti viisitoista prosenttia naisia enemmän koki teemaan liittyviä kielteisiä asioita. Naisillakin teeman merkitys kasvoi jonkin verran eläköitymisen jälkeen, mutta ei yhtä paljon kuin miehillä. Kuten edellä totesin, on esitetty, että miesten elämä rakentuisi enemmän työn varaan (Julkunen 2013, 64–65), jolloin voisi olettaa, että etenkin työn kautta muodostuneet sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyys ovat miehille merkityksellisempiä, tai ainakin niiden taakse jättäminen voi tarkoittaa miehille suurempaa sosiaalista aukkoa. Naisilla on myös miehiä useammin vähintään yksi läheiseksi koettu ystävä ja he pitävät tiheämmin yhteyttä ystäviinsä (Martelin, Nieminen, Sainio, Koskinen & Tiikkainen 2018, 123). Voisi myös olettaa, että jos naisten elämä rakentuu enemmän työn ulkopuolisten asioiden ja elämänosa-alueiden varaan, heillä on enemmän ystäviä myös työn ulkopuolelta.

Miehillä ei ollut lainkaan pelkoja tai kielteisiä kokemuksia läheisiin ihmissuhteisiin, yksinäisyyteen ja merkityksellisyyteen liittyen. Tämä on yllättävää edellä pohditun työn merkityksen osalta, jonka perusteella voisi olettaa, että miehillä kohdistuisi näihin teemoihin edes jonkin verran pelkoja ja kielteisiä kokemuksia. *Läheisten* osalta Kariston ja Konttisen (2004, 85–86) tutkimuksessa kuitenkin todettiin, että naiset kokevat läheisiin ihmissuhteisiin liittyvät ongelmat ja läheisten ihmisten kohtaamat ongelmat miehiä useammin kielteisiksi käännekohtiksi elämässä. Myös hoivaamisen katsotaan kuuluvan enemmän naisille kuin miehille ja naiset antavat miehiä enemmän hoito- ja hoiva-apua vanhemmilleen, lapsilleen ja lastenlapsilleen (Danielsbacka ym. 2013, 89–90). Myös omien lasten auttaminen nähtiin Halenin tutkimuksessa (2019, 128–129) velvoitteena ja auttajan tai hoivaajan rooli osuu useammin naisille. Lisäksi, vaikka puolisoitten osalta havainnot ovat usein myönteisiä, esimerkiksi Halen (2019, 192) toteaa, että tiiviin yhdessäolon rinnalle kaivataan usein omaa aikaa ja etenkin naisia ei houkuttele jäädä eläköidyttyä puolison täysiaikaiseksi palvelijaksi tai kodinhoitajaksi. Näin ollen on ymmärrettävää, että naisille kasaantuvat miehiä useammin läheisten ihmissuhteiden kielteiset kokemukset. Toisaalta on hyvä jälleen huomioida sukupuolijakauma vinoutuminen ja saattaa myös olla, että naiset puhuvat herkemmin parisuhteeseen ja läheisiin liittyvistä peloista ja kielteisistä asioista. Naisilla pelkoja ja kielteisiä asioita kokeneiden osuus kuitenkin pysyi melko samana ja tämä voi kertoa siitä, että vastaajien pelot ovat käyneet toteen ja niitä on osattu etukäteen ennakoida.

Sen sijaan, vaikka miehistä naisia useampi koki sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyviä kielteisiä asioita, miehet eivät kokeneet *yksinäisyyttä*. Onkin havaittu, että vaikka naisilla on miehiä todennäköisemmin enemmän hyviä ystäviä ja he pitävät niihin enemmän yhteyttä, naiset kokevat miehiä enemmän yksinäisyyttä (Martelin, ym. 2018, 123). Myös Julkunen (2013, 82) toteaa, että miehet erittäin harvoin kertovat eläköitymisen olevan yksinäisyyden taustalla tai sen syy. Miehillä yksinäisyyden syitä ovat ennemmin puolison tai muun läheisen sairastuminen ja menetys, tai avioero (mts. 85).

Miesten oletetun vahvemman työn merkityksen ja sen varaan vahvemmin rakennetun identiteetin perusteella voisi olettaa (Julkunen 2013, 64–65), että miehillä olisi enemmän kielteisiä kokemuksia *merkityksellisyyteen* ja *sopeutumiseen* liittyen. Näin ei kuitenkaan ole, vaan miehet eivät kokeneet aineiston perusteella lainkaan merkityksellisyyteen liittyviä kielteisiä asioita ja sopeutumisen suhteen vain noin parilla prosentilla miehistä oli kielteisiä kokemuksia. Sopeutumiseen liittyvät kielteisiksi koetut asiat keskittyvät jonkin verran naisille, joista moni puhui nimenomaan töiden ikävöinnistä. Toisaalta on havaittu, että vaikka miesten elämä saattaisi näyttää rakentuvan enemmän työn varaan, sopeutuminen voi olla hyvin vaihtelevaa, riippumatta esimerkiksi siitä onko työ, työyhteisö tai työidentiteetti ollut voimakas tai tärkeä (Julkunen 2013, 80–81). Vaikka jollekin työ olisi ollut mieluisaa ja tärkeä osa identiteettiä, eläköityminen on saattanut olla helppoa sen vapaaehtoisuuden, riittävän toimeentulon ja tilalle tulleen vapauden vuoksi, jolloin eläköityminen on nähty mielekkäänä vaihtoehtoisena elämänä. Päinvastaisesti taas irtisanominen voi johtaa huonoihin kokemuksiin ja sopeutumattomuuteen, vaikka eläköitymisen jälkeen esimerkiksi terveys ja talous olisivat hyvillä kannattimilla. Toisin sanoen, työn merkitystä enemmän muut tekijät ja olosuhteet vaikuttavat sopeutumiseen ja eläköitymisen mielekkyyteen. (Mts. 80–81.)

Toisaalta, *läheisten ihmissuhteiden*, *yksinäisyyden* ja *merkityksellisyyden* osalta teemoihin liittyvät havainnot olivat koko aineiston tasolla vähäisiä muihin teemoihin verrattuna, eikä suuri osa naisistakaan maininnut kyseisiin teemoihin kohdistuvia pelkoja tai kielteisiä kokemuksia. Lisäksi naisillakin läheisten ja yksinäisyyden suhteen varsinaiset kielteiset kokemukset olivat vähäisempiä, kuin niihin liittyvät pelot. Sopeutumisen osalta naisilla pelkoja oli saman verran kuin kielteisiä kokemuksia. Lisäksi teemojen sukupuolittaisia eroja tarkasteltaessa tulee huomioida sukupuolijakauman vinoutuminen.

*Turhautumisen* suhteen sukupuolten väliset erot peloissa olivat todella vähäisiä ja toisaalta teeman merkitys oli koko aineiston tasolla pieni. Lisäksi teema häviää kielteisissä kokemuksissa, eli koko aineiston tasolla kummankaan sukupuolen edustajilla ei ollut teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia. Turhautumisen tapaan *työterveyshuollon menetykseen* liittyviä kielteisiä kokemuksia oli vain pienellä osalla kaikista vastaajista. Miehillä kielteisiä kokemuksia oli kuitenkin naisia enemmän ja ero oli muutaman prosentin luokkaa.

Erilaisten pelkojen ja kielteisten kokemusten lisäksi merkittävää oli se, että kaikista vastaajista noin neljänneksellä ei ollut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja tai kielteisiä kokemuksia. Sukupuolten väliset erot olivat melko pieniä ja miehistä vajaalla 26 %:lla ei ollut eläköitymiseen liittyviä pelkoja ja naisilla vastaava luku oli vajaa 25 %. Miehistä vajaalla 23 %:lla ja naisista reilulla 27 %:lla ei ollut eläköitymiseen liittyviä kielteisiä kokemuksia. Karisto ja Konttinen (2004, 55) havaitsivatkin, että sukupuolten osalta eläköityminen näyttää olevan jonkin verran mieluisampi kokemus naisille ja tätä tulosta voi osaltaan tukea aiemmin esitetty näkemys siitä, että naisten elämä olisi vähemmän työn varaan rakennettua. Tätä näkemystä tukee myös se, että naisilla oli suhteellisesti miehiä enemmän eläköitymiseen liittyviä odotuksia ja eläköitymisen jälkeen myönteisiä kokemuksia. Ero voi johtua osittain myös sukupuolijakauman vinoutumisesta tai muista seikoista, joita ei ole tässä tutkielmassa huomioitu.

### 6.3.2 Odotukset ja myönteiseksi koetut asiat

Ylivoimaisesti eniten odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli sekä miehillä että naisilla muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Miehillä ja naisilla oli lähes saman verran odotuksia teemaan liittyen, eli miehistä noin 54 %:lla ja naisista 57 %:lla. Molemmilla sukupuolilla oli teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia enemmän kuin odotuksia, mutta sukupuolten väliset erot olivat eläköitymisen jälkeen suurempia. Miehistä peräti 91 % koki teemaan liittyviä myönteisiä asioita, kun naisista osuus oli 73 %. Syitä tähän sukupuolten väliseen eroon on haastavaa löytää aineiston perusteella, eivätkä miesten ja naisten vastaukset eroa merkittävästi sisällöltään toisistaan. Karisto ja Konttinen (2004, 100–101) totesivat tutkimuksessaan, että etenkin naiset ovat useammin sitä mieltä, että heillä on vapauttaa sekä autonomiaa juuri eläköitymisen jälkeen ja he voivat harrastaa sekä tehdä mitä haluavat. Tämän he perustelivat johtuvan osittain siitä, että miehillä elämä nojaa enemmän työhön, kun taas naisilla myös perhe-elämä on hyvin keskeistä. Näin ollen eläköitymisen kynnyksellä naiset ovat todennäköisesti irtautuneet työn lisäksi

lapsista, jolloin vapaa-aika ja vapaus lisääntyvät miehiin verrattuna eri tavoin kahdelta suunnalta. (Mts. 100–101.) Toisaalta tämä on ristiriidassa sen hoivavastuun ja -roolin kanssa, joka naisille miehiä useammin lankeaa (Danielsbacka ym. 2013, 89–90; Halen 2019, 128–129) ja näin ollen voisi olettaa, että esimerkiksi läheiset rajoittavat eläköitymisen jälkeen enemmän naisia kuin miehiä ja kaventavat naisten ajankäyttöä sekä autonomiaa. Toisaalta teemaan sijoittuneet vastaukset sisälsivät melko yleisiä ja abstrakteja ajan ja vapauden lisääntymisen kokemuksiin liittyviä asioita ja koska naiset vastasivat yleisesti miehiä pidemmin ja monipuolisemmin, naiset saattoivat paneutua vastauksissa syvemmälle siihen, mitä lisääntynyt vapaus ja aika tarkemmin ottaen tarkoittivat. Näin ollen kyseiseen teemaan ovat jääneet ne vastaukset ja vastausten osat, joita ei ole voinut pilkkoa muiden teemojen alle, vaikka käytännössä moni teemaa on yhteydessä lisääntyneeseen aikaan ja vapautuneen. Koska naiset ovat saattaneet vastata miehiä pidemmin ja yksilöineet vapauden ja ajankäytön kohteita tarkemmin, naisten vastaukset ovat voineet pilkkoutua ja sijoittua enemmän muiden teemojen alle. Miehet taas ovat saattaneet useammin kommentoida myönteisiä asioita lyhyesti kyseiseen teemaan sopivien vastausten avulla.

Miehillä toiseksi eniten odotuksia kohdistui *matkusteluun ja mökkeilyyn*. Naisilla teemaan kohdistui kolmanneksi eniten odotuksia, mutta tästä huolimatta sukupuolten väliset erot olivat hyvin pieniä teeman osalta. Teeman merkitys kuitenkin pieneni molempien sukupuolten osalta myönteisiä asioita tarkasteltaessa ja molemmilla oli enemmän odotuksia kuin myönteisiä kokemuksia. Miesten kohdalla merkityksen lasku on kuitenkin vielä suurempaa ja naiset kokivat miehiä enemmän matkusteluun ja mökkeilyyn liittyviä myönteisiä asioita. Tämä on siinä mielessä yllättävää, että esimerkiksi Karisto & Konttinen (2004, 147) eivät havainneet 1926-1950-luvulla syntyneiden miesten ja naisten kotimaan ja ulkomaan matkustamisessa eroja ja molemmille sukupuolille matkustaminen vaikutti olevan arkipäivää. Toisaalta, jos ei oteta ihmisten syntymävuotta tai ikää huomioon, naiset tekivät vuonna 2017 noin viisitoista prosenttia miehiä enemmän ulkomaan vapaa-ajanmatkoja. Kotimaan vapaa-ajan matkojen osalta ero oli huomattavasti pienempi. (Tilastokeskus 2018b, 16–17.)

Naisilla oli toiseksi eniten odotuksia *läheisiin ja sosiaalsiin suhteisiin* liittyen, ja naisilla odotuksia oli peräti yli puolet miehiä enemmän. Myös Kariston ja Konttisen (2004, 95–96) tutkimuksessa havaittiin, että naisilla on enemmän toiveita omiin lapsiin ja lapsenlapsiin, sekä ihmissuhteisiin liittyen. Naiset saattavat myös herkemmin

kommentoida läheisiin ihmissuhteisiin liittyviä asioita, mutta toisaalta vastausten sisällöt eivät eronneet sukupuolten kesken. Joka tapauksessa teeman merkitys laskee siirryttäessä odotusten tarkastelusta myönteisten kokemusten tarkasteluun ja molemmilla sukupuolilla oli teemaan liittyviä odotuksia enemmän kuin siihen liittyviä myönteisiä kokemuksia. Silti naisilla teemaan kohdistui toisiksi eniten myönteisiä kokemuksia. Läheisten ja sosiaalisten suhteiden osalta sukupuolten erojen kohdalla pätee todennäköisesti ainakin osittain käänteisesti se, mitä pohdimme edellisessä luvussa teeman osalta kielteisten asioiden kohdalla. Tiivistetysti sanottuna, työn ja sen antamien ihmissuhteiden merkityksen vuoksi miehet kokevat naisia enemmän kielteisiä asioita sosiaaliin suhteisiin liittyen, koska työyhteisö jää eläköitymisen vuoksi pois ja sen kautta saadut sosiaaliset suhteet vähenevät. Näin ollen miehet kokevat sosiaaliin suhteisiin ja kohtaamisiin liittyviä myönteisiä asioita naisia vähemmän. Toisaalta taas naisilla on enemmän läheisempiä ystäviä (Martelin ym. 2018, 123) ja heille usein siirtyy hoivaajan rooli (Halen 2019, 128–129), joka saattaa ylläpitää sosiaalisia suhteita automaattisemmin. Pääkkönen ja Hanifi (2011, 37) ovatkin todenneet, että naiset käyttävät miehiä enemmän aikaa sosiaaliin kanssakäymisiin, kuten perheenjäsenten kanssa seurusteluun, kylässä käyntiin ja tuttavien tapaamiseen.

*Lapsiin ja lapsenlapsiin* liittyviä odotuksia oli miehillä vain vajaalla yhdeksällä prosentilla, mutta naisista peräti vajaalla 27 %:lla. Molempien sukupuolten osalta odotuksia oli enemmän kuin teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia. Merkittävää on kuitenkin se, että naisista peräti 23 %:lla oli lapsiin ja lapsenlapsiin kohdistuvia myönteisiä kokemuksia, kun taas miehistä vain vajaalla kolmella prosentilla oli teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia. Tämä ei sinällään yllätä, sillä kuten jo aiemmin totesimme, hoivaamisen katsotaan kuuluvan enemmän naisille kuin miehille ja naiset osallistuvat miehiä enemmän esimerkiksi vanhempiensa ja lastensa hoito- ja hoivaavustamiseen (Danielsbacka ym. 2013, 89–90; Halen 2019, 128–129). Lisäksi naisille elämän myönteisiä käännekohtia ovat miehiä useammin lasten ja lastenlasten syntymät ja muut perheeseen ja ihmissuhteisiin liittyvät kohokohdat, kun taas miehille työelämän tapahtumat ovat selvästi merkittävämpiä (Karisto & Konttinen 2004, 80–81, 90).

*Harrastuksiin yleensä* kohdistui naisilla noin neljällä prosentilla miehiä enemmän odotuksia ja naisista lähes yhdeksällä prosentilla oli miehiä enemmän teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia. Vaikka miehillä ja naisilla molemmilla oli odotuksia enemmän kuin myönteisiä kokemuksia, silti sukupuolten väliset erot olivat selviä. Erojen syytä on

vaikea selittää aineiston perusteella, sillä kyse voi olla puhtaasti vastaajien vastaushalukkuudesta ja -aktiivisuudesta, sillä esimerkiksi harrastuksista ei kysytty lomakkeella erikseen. Tähän voi vaikuttaa myös se, kuinka tarkasti vastaajat ovat lähteneet erittelemään harrastuksiaan. Esimerkiksi naisten vastaukset olivat usein pidempiä ja osa vastaajista saattoi intoutua erottelemaan ja luettelemaan harrastuksiaan tarkemmin, kun taas osa viittasi harrastuksiin yleisesti. Näin ollen osa vastauksista pilkkoutui suoraan muiden teemojen alle, kun taas kyseisen teeman alle jäi vain yleisesti harrastuksia koskevat maininnat. Tätä tukee myös se, että Karisto ja Konttinen (2004, 104) eivät ole havainneet harrastusten yleisyyden suhteen sukupuolittaisia eroja, vaan kolmella neljästä eläköityvästä tai eläköityneestä on jokin tärkeä harrastus.

*TerveYTEEN* liittyviä odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli miehillä saman verran. Naisilla myönteisiä kokemuksia oli muutamalla prosentilla enemmän kuin odotuksia. Naisista oli miehiin verrattuna enemmän *terveyteen* liittyviä odotuksia ja myönteisiä kokemuksia. Sukupuolten välinen ero voi johtua siitä, että aineistossa etenkin myönteisissä asioissa korostuivat psyykkisen terveyden kohentuminen. Etenkin työikäiset naiset kokevat miehiä enemmän merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta (Suvisaari ym. 2018, 85), jolloin eläköityminen vastausten mukaisesti tuo helpotusta tilanteeseen. Tämän puolesta puhuu myös se, että 60-69-vuotiailla on muita enemmän psyykkisiä voimavaroja, vaikuttamismahdollisuuksia elämään, toiveikkuutta, tyydytystä tuottavia sosiaalisia suhteita, sekä myönteinen käsitys omasta itsestä ja omista kehittymismahdollisuuksista (Solin ym. 2018, 129–131). Eläköityminen siis näyttää tuovan etenkin naisille helpotusta juuri psyykkisen hyvinvoinnin osalta. Naiset saattavat myös herkemmin puhua henkisen hyvinvoinnin asioista. Toisaalta myös sukupuolijakauman vinoutuminen voi vaikuttaa tuloksiin.

*Liikunnan ja ulkoilun* osalta sukupuolten naisilla oli miehiä enemmän teemaan liittyviä odotuksia ja sukupuolten välinen ero oli reilu kuusi prosenttia. Miesten osalta myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin enemmän kuin odotuksia ja naisten osalta asia oli päinvastoin. Tästä huolimatta teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia oli käytännössä saman verran sekä miehillä että naisilla. Onkin todettu, että 60-69-vuotiaista vapaa-ajan liikuntaa harrastaa noin 75 %, ja miesten sekä naisten vapaa-ajan liikuntaa harrastavien osuudet ovat melko lähellä toisiaan, eikä sukupuolten välillä ole merkittäviä eroja (Borodulin ym. 2018, 39).

Terveysteen liittyy läheisesti myös *uni- ja lepoteema*, johon liittyvät havainnot kasvoivat puolella molempien sukupuolten osalta, kun siirrytään odotuksista myönteiseksi koettujen asioiden tarkasteluun. Naisilla oli jonkin verran miehiä enemmän teemaan liittyviä odotuksia ja myönteisiä kokemuksia. On todettu, että naiset kokevat miehiä enemmän uniongelmia, eivätkä ne konkreettisesti näytä vähenevän iän tai eläköitymisen myötä (Partonen ym. 2018, 43), mutta eläköityminen kuitenkin todennäköisesti tuo helpotusta ongelmiin ja luo enemmän mahdollisuuksia unelle ja levolle. Näitä mahdollisuuksia korostettiin myös vastauksissa. Toisaalta työikäisten naisten miehiä yleisemmin kokema henkinen stressi ja paine (Suvisaari ym. 2018, 85) näyttää helpottuvan eläköitymisen myötä ja se heijastuu myös unenlaatuun. Tämä seikka nousi esiin myös vastauksissa. Nämä tekijät voivat osaltaan näkyä sukupuolten välisinä eroina aineistossa ja näin ollen naiset kokevat unen ja levon parantumisen miehiä useammin myönteisenä. Sukupuolten välisiin eroihin voi vaikuttaa myös sukupuolijakauman vinoutuminen.

*Kodin ja puutarhan* osalta naisilla ja miehillä oli odotuksissa vain reilu parin prosentin ero ja naisilla oli miehiä enemmän odotuksia. Myönteisissä kokemuksissa ero oli vajaa viisi prosenttia ja jälleen suhteellisesti naisilla oli miehiä enemmän myönteisiä kokemuksia. Molempien sukupuolten osalta odotuksia oli kuitenkin enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Onkin todettu, että naiset tekevät miehiä enemmän kotitöitä (Pääkkönen & Hanifi 2011, 18) ja käyttävät niihin miehiä enemmän aikaa (Oinas, Anttila & Nätti 2010, 114–15), joten todennäköisesti naiset kokevat kotitöille lisääntyneen ajan myönteisesti. Lisäksi kotityöt eroavat sisällöllisesti sukupuolten kesken (Pääkkönen & Hanifi 2011, 19). Tämä näkyi teemojen sisällä jonkin verran tekemisen muodoissa, kun naiset luettelivat enemmän kotitöihin ja puutarhanhoitoon liittyviä asioita ja miehillä korostui esimerkiksi remontointi.

*Lukemisen, käsitöiden, television katselun ja vastaavan* osalta miehillä oli naisia vähemmän odotuksia. Miehillä oli kuitenkin selvästi naisia enemmän myönteisiä kokemuksia. Molemmilla sukupuolilla oli silti enemmän teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia kuin odotuksia, mutta naisilla myönteisiä kokemuksia oli vain pari prosenttia enemmän kuin odotuksia, kun taas miehillä ero oli yli seitsemäntoista prosenttia. Karisto ja Konttinen (2004, 107) ovatkin havainneet, että taide- ja käsityöharrastukset ovat naisilla miehiä yleisempiä. Sen sijaan televisiota miehet katsovat jonkin verran naisia enemmän (Pääkkönen & Hanifi 2011, 34–35). Naiset taas lukevat miehiä enemmän

kirjoja, mutta miehet taas naisia enemmän sanomalehtiä (mts. 38). Lisäksi television katseluvalinnat ja lukuvalinnat voivat vaihdella sukupuolittain (Karisto & Konttinen 2004, 115–120). Teema sisälsi paljon erilaisia tekemisen muotoja, joka voi vaikuttaa sukupuolten välisiin eroihin.

Aamuteema oli uusi eläköitymisen jälkeisissä kokemuksissa ja sukupuolten osalta miehistä vajaalla kuudella prosentilla oli teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia ja naisista noin kymmenellä prosentilla. Aineiston perusteella on vaikea selittää sukupuolten välisiä eroja, mutta todennäköisesti eroihin vaikuttavat puhtaasti sukupuolijakauman vinoutuminen ja toisaalta vastaushalukkuus- ja aktiivisuus.

*Työn jatkaminen ja vapaaehtoistyö* sai molempien sukupuolten osalta hyvin pitkälti saman verran huomiota sekä odotuksissa että myönteiseksi koetuissa asioissa. Molempien sukupuolten kohdalla teeman merkitys myös laski, kun katsotaan teemaan kohdistuvia myönteisiä asioita. Tosin koko teeman merkitys koko aineiston osalta oli melko pieni. Joka tapauksessa 63-70-vuotiaat miehet jatkavat eläkeiän saavuttamisen jälkeen naisia useammin työelämässä ja kokoaikaisesti eläkkeellä oleminen on naisten keskuudessa yleisempää (Palomäki & Tuominen 2010, 15). Eläkeiän saavuttamisen jälkeen työssä jatkajista miehiä on noin 58 % ja naisia 42 % (mts. 15). Naisten taas on havaittu tekevän miehiä jonkin verran enemmän vapaaehtoistyötä (Rahkonen 2018, 4–5).

*Kulttuurin* osalta miehillä ja naisilla oli lähes saman verran odotuksia ja myös myönteisten kokemusten osalta sukupuolten väliset erot olivat pieniä. Miehillä odotuksia oli saman verran kuin myönteisiä kokemuksia ja naisilla odotuksia oli reilu prosentin enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. On kuitenkin todettu, että naiset kuluttavat kulttuuria miehiä selvästi enemmän (Suomalaisten näkemykset kulttuurista 2013).

Sen sijaan miehillä ei kohdistunut lainkaan odotuksia tai myönteisiä kokemuksia *opiskeluun ja itsensä kehittämiseen*. Tosin vastausten merkitys oli koko aineiston tasolla vähäinen, eli naisistakin vain hyvin pienellä osalla oli odotuksia ja myönteisiä kokemuksia teemaan liittyen ja odotuksia oli enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Lisäksi sekä odotusten että myönteisten kokemusten vastauksiin lukeutuivat myös ne kaksi kommenttia, joissa odotettiin sitä, että ei tarvitse oppia uutta. Karisto ja Konttinen havaitsivatkin (2004, 107), että itsensä kehittämiseen liittyvät harrastukset ovat sukupuolten osalta huomattavasti yleisempiä naisilla. Jälleen tulee kuitenkin muistaa sukupuolijakauman vinoutuminen.



Miehistä naisia useampi oli jättänyt kokonaan tyhjäksi odotuksia koskevan kohdan tai ilmaissut muuten, *ettei koe eläköitymiseen liittyviä odotuksia*. Naisilla vain yksi vastaaja oli jättänyt kohdan tyhjäksi. Eläköitymisen jälkeen kuitenkin vain yksi mies ja kaksi naista ei ollut kommentoinut *eläköitymiseen liittyviä myönteisiä asioita*. Tyhjien vastausten osalta vastaukset voidaan henkilöiden muiden vastausten valossa tulkita niin, että henkilöillä ei ole lainkaan eläköitymisen liittyviä odotuksia tai myönteisiä kokemuksia, ja eläköityminen on ennemmin negatiivinen asia.

#### 6.4 Eläköitymiskokemukset ja kolmasikä sosioekonomisen aseman mukaan tarkasteltuna

Sosioekonomista asemaa tarkasteltaessa on otettava huomioon, että tarkastellut ammattiryhmät painottuivat ylempiin ja keskiasteisiin sosioekonomisiin ryhmiin (ks. liite 1). Koska aineisto koostui kunta-alantyöntekijöistä, tarkastelusta puuttui kokonaan maanviljelijät ja metsätyöntekijät. Myöskään yrittäjiä ei ollut tarkastelussa mukana. Lisäksi rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntekijöiden, sekä prosessi- ja kuljetustyöntekijöiden ryhmä oli muihin ryhmiin verrattuna merkittävästi aliedustettu ja molempien ryhmien vastaukset koostuivat muutaman ihmisen vastauksista. Näin ollen jätän kyseiset ryhmät analyysissä huomiotta, mutta liitteissä on kuitenkin huomioitu kyseisten ryhmien vastaukset. Sama koskee niitä muutamaa vastaajaa, joiden sosioekonominen asema oli tuntematon.

Liitteisiin kolmetoista, neljätoista, viisitoista ja kuusitoista on koottu analyysien pohjana olleet taulukot, joita on hyvä tarkastella analyyseja lukiessa. Taulukoihin on koottu pelkojen, kielteisten asioiden, odotusten ja myönteisten asioiden osalta eri sosioekonomisten ryhmien teemoihin kohdistuneet suhteelliset vastausosuudet ja vastaajien määrät. Liitteissä seitsemäntoista ja kahdeksantoista on pelkojen ja kielteisten asioiden, sekä odotusten ja myönteisten asioiden vertailua helpottavat yhteenvedot. Seuraavissa alaluvuissa käyn läpi tärkeimmät tulokset ja analysoin niitä. Jos jonkin ryhmän kohdalla tietyn teeman vastauksissa oli jotakin ryhmälle ominaista, olen ottanut sen esiin kyseisen ryhmän ja teeman kohdalla. Jos ryhmälle tyypillisistä vastauksista ei ole mainintaa, ryhmän vastaukset sisältävät monipuolisesti puhetta teemaan liittyvistä asioista (ks. liitteet 2-5) ja ovat muiden ryhmien vastausten kanssa samansuuntaisia. Lisäksi, jos en ole tuonut ryhmän kohdalla esiin merkittäviä muutoksia teemojen sisältömuutoksista ennen eläköitymistä ja eläköitymisen jälkeen, peloissa ja odotuksissa

todetut asiat ovat käytännössä toteutuneet kielteisissä sekä myönteisissä kokemuksissa, ja niihin pätevät aiemmissa analyysissä tehdyt havainnot teemojen sisällöistä.

#### 6.4.1 Pelot ja kielteiseksi koetut asiat

*Johtajien ja ylimpien virkamiesten* pelot ja kielteiset kokemukset kohdistuivat vain tiettyihin teemoihin (ks. liite 13 & 14). Pelkoja kohdistui eniten, vajaalla 40 %:lla ryhmään kuuluvista, sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähentymiseen. Teeman kohdalla ei puhuttu kuitenkaan erityisesti yhteisöllisyyden katoamisesta, vaan yleisesti sosiaalisten suhteiden vähentymisestä työn jäädessä pois. Eläköitymisen jälkeen teemaan kohdistuvia kielteisiä asioita koki noin 53 % ryhmään kuuluvista, eli teeman merkitys kasvoi. Seuraavaksi eniten pelkoja liittyi terveyteen, kun vajaalla kolmasosalla ryhmään kuuluvista oli teemaan kohdistuvia pelkoja. Eläköitymisen jälkeen yksikään ryhmään kuuluvista ei kuitenkaan kokenut terveyteen liittyviä kielteisiä asioita. Noin 23 %:lla ryhmään kuuluvista oli talouteen, sekä ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä pelkoja. Talouden osalta kuitenkin lähes kolmasosa koki teemaan liittyviä kielteisiä asioita. Vastauksissa ei kuitenkaan puhuttu varsinaisista talous- tai rahaongelmista. Ajankäytön ja aktiivisuuden osalta kielteisiä kokemuksia oli vain vajaalla kahdeksalla prosentilla. Läheisiin liittyen ryhmään kuuluvilla ei ollut pelkoja, mutta teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia oli vajaalla kahdeksalla prosentilla ryhmään kuuluvista. Yksinäisyyden ja merkityksellisuuden suhteen ryhmään kuuluvilla ei ollut lainkaan pelkoja tai kielteisiä kokemuksia. Eläköitymisen jälkeen kielteisissä kokemuksissa uusien teemojen, eli sopeutumisen ja työterveydenhuollon menetyksen suhteen kielteisiä kokemuksia oli noin kahdeksasta viiteentoista prosentilla. Ryhmään kuuluvista noin viidellätoista prosentilla ei ollut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja, mutta vain noin vajaa kahdeksan prosenttia ei kokenut eläköitymisen jälkeen lainkaan kielteisiä asioita. Toisaalta, katsottaessa ryhmän vastaajien prosenttiosuuksien sijaan vastaajien lukumäärää, vähemmän painoarvoa saaneiden teemojen kohdalla vain yksi tai kaksi henkilöä koki teemoihin liittyviä pelkoja ja kielteisiä kokemuksia, eli kyse oli pitkälti yksittäistapauksista.

*Erityisasiantuntijoiden* ryhmässä pelot ja kielteiseksi koetut asiat kohdistuivat laajemmin eri teemoihin. Tosin läheisten ihmissuhteiden, yksinäisyyden, merkityksellisuuden ja turhautumisen osalta pelkoja ja kielteisiä kokemuksia oli korkeintaan noin viidellä prosentilla ryhmään kuuluvista ja tiettyjen teemojen kohdalla merkitys hävisi jopa kokonaan. Eniten ryhmässä kohdistui kuitenkin pelkoja terveyteen liittyen, kun noin 30

% ryhmään kuuluvista koki teemaan liittyviä pelkoja. Kuitenkin vain noin viidellä prosentilla oli konkreettisia kielteisiä kokemuksia terveyteen liittyen. Toiseksi eniten pelkoja oli ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, sekä talouteen liittyen, kun noin 26-28 %:lla ryhmään kuuluvista oli teemoihin liittyviä pelkoja. Talouden osalta kielteisiä kokemuksia oli noin viidellä prosentilla enemmän, kun taas aktiivisuuden ja ajankäytön osalta kaikkiaan vain vajaa kymmenen prosenttia koki teemaan liittyviä kielteisiä asioita. Sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetykseen liittyviä pelkoja oli reilulla 23 %:lla ja kielteisiä kokemuksia vajaalla 28 %:lla ryhmään kuuluvista. Eläköitymisen jälkeen uusina nousseisiin teemoihin kohdistui alle seitsemällä prosentilla kielteisiä kokemuksia. Ryhmään kuuluvista noin 26 %:lla ei ollut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja ja kolmannes ei kokenut lainkaan eläköitymiseen liittyviä kielteisiä asioita.

*Asiantuntijoiden* ryhmässä pelot ja kielteiset kokemukset kohdistuvat kaikkiin eri teemoihin, mutta tietyt teemaa nousi selvemmin esiin. Eniten pelättiin talouteen liittyviä asioita, kun reilu 36 % ryhmään kuuluvista ilmaisi talouteen liittyviä pelkoja ja huolia. Talouteen liittyviä kielteiseksi koettuja asioita oli parilla prosentilla enemmän. Toiseksi eniten pelkoja oli terveyteen liittyen, kun reilu neljännes koki terveyteen liittyviä pelkoja, mutta vain vajaa viisi prosenttia koki terveyteen liittyviä kielteisiä asioita. Seuraavaksi eniten pelkoja kohdistui ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetykseen, sekä läheisiin ihmissuhteisiin liittyen ja teemoihin liittyviä pelkoja oli noin kahdestatoista kuuteentoista prosentilla ryhmään kuuluvista. Eläköitymisen jälkeen ajankäyttöön ja aktiivisuuteen kohdistui kielteisiä kokemuksia vajaalla viidenneksellä. Sosiaalisten suhteiden vähenemisen ja yhteisöllisyyden menetyksen osalta kielteisiä kokemuksia oli peräti 38 %:lla ryhmään kuuluvista. Eläköitymisen jälkeen läheisten ihmissuhteiden osalta teeman merkitys pysyi lähes samana, mutta puhe läheisistä muuttui edellisiin ryhmiin verrattuna puolison terveydentilan kaltaisista huolista parisuhdeongelmien pelkoon ja kokemuksiin. Alle viidellä prosentilla ryhmään kuuluvista oli pelkoja yksinäisyyteen, merkityksellisyyteen ja turhautumiseen liittyen. Kyseisiin teemoihin kohdistui lähes saman verran myös kielteisiä kokemuksia, mutta turhautumisen osalta kokemukset hävisivät kokonaan. Eläköitymisen jälkeen sopeutumiseen ja työterveyshuollon menetykseen kohdistui pienellä osalla ryhmään kuuluvista kielteisiä kokemuksia. Ryhmään kuuluvista noin viidenneksellä ei ollut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja ja reilu 28 % ryhmään kuuluvista ei kokenut lainkaan eläköitymiseen liittyviä kielteisiä asioita.

Myös *toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöiden* ryhmään kuuluvat pelkäsivät erityisesti talouteen liittyviä asioita kun 40 % ryhmään kuuluvista kommentoi talouteen liittyviä pelkoja sekä kielteisiä kokemuksia. Terveysteen kohdistui pelkoja neljäsosalla ryhmään kuuluvista, mutta eläköitymisen jälkeen teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia ei ollut lainkaan ryhmään kuuluvilla. Kaksikymmentä prosenttia ryhmään kuuluvista pelkäsi myös sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetykseen liittyviä asioita, mutta niihin kohistuvia kielteisiä kokemuksia oli peräti 40 %:lla. Ajankäyttöön ja aktiivisuuteen kohdistuvia pelkoja oli viidellätoista prosentilla ja teemaan kohdistuvia kielteisiä kokemuksia koki kaksikymmentäprosenttia ryhmään kuuluvista. Läheisiin ihmissuhteisiin ja merkityksellisyyteen liittyviä pelkoja oli viidellä prosentilla ryhmään kuuluvista, mutta niihin kohdistuvia kielteisiä kokemuksia ei ollut lainkaan. Tässäkin ryhmässä läheisiin liittyvissä peloissa puhe koski etenkin parisuhteen tilaa ja mahdollisia parisuhdeongelmia. Yksinäisyyttä pelkäsi kymmenen prosenttia, mutta vain viisi prosenttia koki siihen liittyviä kielteisiä kokemuksia. Ryhmään kuuluvat eivät kokeneet lainkaan turhautumiseen liittyviä pelkoja, eikä työterveyshuollon menetykseen liittyviä kielteisiä kokemuksia. Sopeutumiseen liittyviä kielteisiä kokemuksia oli viidellä prosentilla. Pelkoja kokemattomien osuus oli 30 % ryhmään kuuluvista ja 25 % ryhmään kuuluvista ei kokenut lainkaan eläköitymiseen liittyviä kielteisiä asioita. Tässäkin ryhmässä pienimmät prosenttiosuudet tarkoittivat käytännössä yhtä tai kahta vastaajaa.

*Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöiden* ryhmässä pelot ja kielteiseksi koetut asiat kohdistuivat laajasti kaikkiin teemoihin, mutta tässäkin ryhmässä tietyt pelot ja kokemukset korostuivat muiden teemojen ohi. Edellisen ryhmän tavoin pelättiin erityisesti talouteen liittyviä asioita ja talouteen liittyviä pelkoja oli noin 40 %:lla ryhmään kuuluvista ja teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia vajaalla 46 %:lla. Noin neljäsosalla oli myös terveyteen liittyviä pelkoja, mutta teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia oli vain vajaalla viidellä prosentilla. Seuraavaksi eniten pelättiin ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä asioita ja teemaan kohdistuvia pelkoja oli kahdeksallatoista prosentilla. Teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia oli kuitenkin vain noin kolmellatoista prosentilla ryhmään kuuluvista. Sen sijaan sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyviä pelkoja oli vajaalla viidellätoista prosentilla ja teemaan liittyviä kielteisiä asioita koki vajaa viisi prosenttia enemmän. Myös läheisiin ihmissuhteisiin, yksinäisyyteen, merkityksellisyyteen ja turhautumiseen liittyi pelkoja noin kolmesta kahdeksaan prosentilla ryhmään kuuluvista. Jokaisen teeman merkitys kuitenkin pieneni

kielteiseksi koetuissa asioissa. Pieni osa tästäkin ryhmästä koki sopeutumiseen ja työterveyshuoltoon liittyviä kielteisiä asioita. Pelkoja kokemattomia oli vajaa kolmannes ryhmään kuuluvista ja vajaa 28 % ryhmään kuuluvista ei kokenut lainkaan kielteisiä asioita eläköitymiseen liittyen. Tässäkin ryhmässä pienimmät prosenttiosuudet tarkoittivat käytännössä yhtä tai kahta vastaajaa.

*Muiden työntekijöiden* ryhmään kuuluvilla kohdistui muista ryhmistä poiketen ja ylivoimaisesti eniten pelkoja terveyteen liittyen, kun noin 37 % ryhmään kuuluvista kommentoi terveyteen liittyviä pelkoja. Kuitenkin vain reilu kuusi prosenttia koki terveyteen liittyviä kielteisiä asioita. Vain vajaa viidennes pelkäsi myös talouteen ja ajankäyttöön sekä aktiivisuuteen liittyviä asioita. Kielteisissä kokemuksissa talouden merkitys kuitenkin kasvoi selvästi, kun peräti 56 % koki siihen liittyviä kielteisiä asioita. Ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä kielteisiä kokemuksia oli kuitenkin vähemmän kuin pelkoja. Vain reilulla kahdellatoista prosentilla oli pelkoja sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyen, mutta peräti 31 % koki teemaan liittyviä kielteisiä asioita. Yksinäisyyteen liittyviä pelkoja oli reilulla kahdellatoista prosentilla, mutta yksinäisyyteen liittyviä kielteisiä kokemuksia ei ollut lainkaan ryhmään kuuluvilla. Reilulla kuudella prosentilla oli pelkoja sekä läheisiin ihmissuhteisiin, että turhautumiseen liittyen, mutta niihin liittyviä kielteisiä asioita kokevia ei ollut lainkaan. Merkityksellisuuden katoamiseen ei liittynyt lainkaan pelkoja, eikä kielteisiä kokemuksia. Sopeutumisen ja työterveyshuollon menetyksen osalta vain sopeutumisen suhteen havaittiin kielteisiä kokemuksia. Ryhmään kuuluvista kahdeksallatoista prosentilla ei ollut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja, mutta vain noin kuusi prosenttia ei kokenut lainkaan eläköitymiseen liittyviä kielteisiä asioita.

**Teemoittain katsottaessa** (ks. liitteet 13-14, 17) suhteellisesti eniten *talouteen* kohdistuvia pelkoja oli toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä sekä palvelu, myynti- ja hoitotyöntekijöillä. Vähiten talouteen liittyviä pelkoja oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä. Lukuun ottamatta alinta sosioekonomista ryhmää, talouteen liittyvien pelkojen määrä kasvoi mentäessä aina sosioekonomista ryhmää alemmassa. Alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä oli yllättäen vähiten talouteen liittyviä pelkoja, sillä pienimpien tulojen ja eläkkeiden vuoksi voisi olettaa, että myös taloudelliset pelot kasaantuisivat alimpaan sosioekonomiseen ryhmään. Asia kääntyy oletuksen mukaiseksi kielteisiä asioita tarkasteltaessa, jolloin selvästi eniten talouteen liittyviä kielteisiä asioita kokevia on alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä ja määrä vähenee sitä mukaa, mitä

ylemmässä sosioekonomisessa asemassa liikutaan. Tulos myötäilee aiempia tutkimustuloksia siitä, että taloudelliset huolet ja ongelmat kasaantuvat alempiin sosioekonomisiin ryhmiin (Erola 2010, 89–93; Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16). Tulos kuitenkin antaa ymmärtää, ettei alimmissa ryhmissä tulojen putoamista osata realistisesti etukäteen pelätä ja selvästi suurin teeman merkityksen kasvu tapahtuu juuri alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä.

*Terveysteen* kohdistuvia pelkoja oli eniten palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä, sekä toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä. Toisaalta alinta sosioekonomista ryhmään lukuun ottamatta terveyteen liittyvien pelkojen määrä kasvoi sitä mukaa, mitä ylemmäs sosioekonomisessa ryhmässä siirryttiin. Pelkoja koskevissa vastauksissa oli kuitenkin usein kyse toiveesta, että terveyttä riittäisi jatkossakin tai siitä, että yleisesti pelättiin vanhenemiseen liittyviä terveysongelmia ja sairauksia. Koska vastaukset eivät näin ollen kytkeytyneet suoraan eläköitymisestä johtuvaan terveyden heikkenemiseen, terveysteen merkitys selvästi laski kielteiseksi koetuissa asioissa jokaisen ryhmän kohdalla ja terveyteen liittyviä kielteisiä asioita kokevia oli eri ryhmissä suhteellisesti melko saman verran, mutta myös melko vähän. Tämä johtui siitä, mitä pohdimme jo aiemmin, eli kielteisissä kokemuksissa oli kyse konkreettisista eläkkeelle siirtymisestä johtuvista terveyteen liittyvistä vaikutuksista, eikä yleisesti vanhuuteen liittyvistä peloista tai toiveista. Joka tapauksessa eniten terveyteen liittyviä kielteisiä kokemuksia oli alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä ja tämä on odotusten mukainen tulos, sillä alemmassa sosioekonomisessa asemassa olevilla henkilöillä on heikompi terveys ja hyvinvointi, sekä lyhyempi elämä, verrattuna ylimpiin sosioekonomisissa ryhmissä oleviin (Lahelma, Rahkonen, Koskinen, Martelin & Palosuo 2007, 25–26).

*Aktiivisuuteen ja ajankäyttöön* kohdistuvia pelkoja oli eniten erityisasiantuntijoilla ja seuraavaksi eniten johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä. Vähiten teemaan liittyviä pelkoja oli toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä sekä asiantuntijoilla. Teeman merkitys laski kaikkien muiden sosioekonomisten ryhmien osalta, paitsi toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöiden, sekä palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöiden osalta. Suurin merkityksen lasku tapahtui kuitenkin juuri kahden ylimmän sosioekonomisen ryhmän keskuudessa. Vähiten teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia olikin johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, sekä erityisasiantuntijoilla. Sen sijaan eniten kielteisiä kokemuksia teemaan liittyen oli toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä, sekä asiantuntijoilla. Tulos antaa tukea sille, että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä

olevilla on käytössään enemmän erilaisia taloudellisia, sosiaalisia ja tiedollisia resursseja, joiden avulla he kykenevät toteuttamaan itseään ja täyttämään eläköitymisen jälkeistä aikaa (Prättälä 2007, 130; Oinas ym. 2010, 107–111). Toisaalta aineistomme perusteella alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä olevat eivät kokeneet eniten ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä kielteisiä asioita, joten resurssinäkökulma ei ole käyttämäni aineiston osalta täysin suoraviivainen selitys.

Vaikka ylimmässä sosioekonomisessa asemassa olevien pelot kohdistuivat suppeammin eri teemoihin, kaikista ryhmistä kyseiseen ryhmään kuuluvat pelkäsivät selvästi eniten *sosiaalisten suhteiden vähenemiseen* liittyviä asioita. Yli 38 % ryhmään kuuluvista pelkäsi työkavereiden menetystä ja sosiaalisten suhteiden ja kohtaamisten vähentymistä. Muissa ryhmissä samaa pelkäsi alle 25 % ryhmään kuuluvista. Vähiten teemaan kohdistuvia pelkoja oli asiantuntijoilla ja muilla työntekijöillä. Sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemisen osalta kielteisiä kokemuksia oli kuitenkin jokaisessa ryhmässä enemmän kuin teemaan liittyviä pelkoja. Hajonta ryhmien kesken oli kuitenkin suurta sekä peloissa että kielteiseksi koetuissa asioissa ja toisaalta teeman merkityksen nousun suuruudessa. Joka tapauksessa sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden suhteen eniten kielteistä kokivat ylimpään sosioekonomiseen ryhmään kuuluvat, sitten asiantuntijat, toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät, muut työntekijät, sekä erityisasiantuntijat. Vähiten teemaan liittyviä kielteisiä asioita kokivat palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijät. Tätä voi ainakin osittain selittää se, että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olevilla on usein työ, jossa on monelta kannalta katsottuna suuremmat vaatimukset, mutta samalla he myös useammin kokevat, että heillä on suurempi mahdollisuus vaikuttaa, heillä on enemmän vapautta, merkityksellisempi työ ja suurempi sitoutumisen aste työhön sekä työpaikkaan (Kristensen, Borg & Hannerz 2002, 45). Näin ollen voi olettaa, että heille myös työyhteisö ja sen sosiaaliset suhteet ovat merkityksellisempiä ja niiden poisjäänti aiheuttaa enemmän kielteisiä kokemuksia.

*Läheisiin ihmissuhteisiin* kohdistuvia pelkoja oli eniten asiantuntijoilla ja heillä oli muihin ryhmiin verrattuna jopa puolet enemmän teemaan kohdistuvia pelkoja. Muiden ryhmien osalta erot olivat pienempiä. Ryhmään kuuluvat puhuivat myös muita enemmän puolison terveydentilan sijaan varsinaisista parisuhdeongelmista. Sen sijaan johtajat ja ylimmillä virkamiehillä ei ollut lainkaan teemaan liittyviä pelkoja. Kielteisiä kokemuksia tarkasteltaessa osalla ryhmistä teeman merkitys laski ja osalla taas nousi, mutta silti teeman merkitys pysyi melko samana niissä ryhmissä, joissa oli havaittu jo teemaan

liittyviä pelkoja. Joka tapauksessa eniten teemaan kohdistuvia kielteisiä kokemuksia oli asiantuntijoilla. Muilla kielteisiä kokemuksia oli selvästi vähemmän ja esimerkiksi muilla työntekijöillä, sekä toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä kielteisiä kokemuksia ei ollut lainkaan, vaikka heillä oli aluksi pelkoja. Asia oli päinvastoin johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, joilla oli teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia, muttei teemaan liittyviä pelkoja. Toisaalta teeman merkitys oli koko aineiston osalta pieni sekä pelkojen, että kielteisten kokemusten osalta. Aineiston perusteella on vaikea löytää syitä edellä kuvattuihin eroihin ja vastausten hajontaan voivat vaikuttaa sosioekonomisen aseman sijaan enemmän muut tekijät, kuten pari- tai ihmissuhteiden laatu tai ystävien ja läheisten määrä.

Eniten *yksinäisyyteen* kohdistuvia pelkoja oli alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä ja vähiten johtajien ja ylimpien virkamiesten keskuudessa, jotka eivät kokeneet lainkaan teemaan liittyviä pelkoja. Yleisesti melko vähän huomiota saaneen teeman merkitys laski entisestään siirryttäessä pelkojen tarkastelusta kielteisten kokemusten tarkasteluun. Johtajat ja ylimmät virkamiehet, erityisasiantuntijat, sekä muut työntekijät eivät kokeneet lainkaan teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia. Muiden ryhmien osalta yksinäisyyteen liittyviä kielteisiä kokemuksia oli korkeintaan viidellä prosentilla ryhmään kuuluvista, eli kyse oli koko aineiston tasolla yksittäisistä tapauksista. Näyttäisi siltä, että yksinäisyyteen vaikuttavat enemmän muut tekijät, kuten koettu terveydentila ja pääasiallinen toiminta ja elämäntilanne, kuten työttömyys tai yksin asuminen (Moisio & Rämö 2007, 399–400). Lisäksi 65-79-vuotiaiden yksinäisyydessä on tapahtunut eniten ikäryhmittäistä vähenemistä (Moisio & Rämö 2007, 399–400), joka tukee myös sitä, että sosioekonomisten tekijöiden sijaan muut tekijät vaikuttavat ensisijaisesti yksinäisyyden kokemuksiin.

*Merkityksellisyyteen* liittyviä pelkoja oli eniten palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä ja vähiten ylimmässä ja alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä, sillä he eivät kokeneet lainkaan teemaan liittyviä pelkoja. Teeman merkitys pääsääntöisesti laski tarkasteltaessa kielteiseksi koettuja asioita. Johtajat ja ylimmät virkamiehet, muut työntekijät, eivätkä toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät kokeneet lainkaan merkityksellisyyteen liittyviä kielteisiä asioita. Asiantuntijoilla, sekä palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä kielteisiä kokemuksia oli vähemmän kuin pelkoja. Erityisasiantuntijoillakin kielteisiä kokemuksia oli vain noin prosentilla enemmän. Toisaalta eniten teeman suhteen kielteisiä asioita kokevien ryhmästäkin vain viisi prosenttia koki teemaan liittyvää kielteisiä asioita.



Aineiston perusteella on vaikea arvioida mikä aiheuttaa sosioekonomisten ryhmien välisiä eroja ja johtuvatko ne ylipäättään sosioekonomisesta asemasta. Esimerkiksi ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olevilla on usein työ, jonka he kokevat merkitykselliseksi ja johon he ovat alempia ryhmiä sitoutuneempia (Kristensen, ym. 2002, 45). Tämä antaisi olettaa, että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olisi enemmän merkityksellisyyteen liittyviä kielteisiä kokemuksia, mutta näin ei aineiston perusteella ole. Toisaalta ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä on enemmän erilaisia resursseja täyttää vapautunutta aikaa (Prättälä 2007, 130; Oinas ym. 2010, 107–111), joka tuottaa uudella tavallaan elämään sisältöä ja merkitystä.

*Turhautumista* pelkääviä oli eniten ylimmässä ja alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä. Turhautumiseen saattaa liittyvä myös edellä merkityksellisyyden kohdalla pohditut asiat perusteet. Olennaista kuitenkin on, että turhautumisteeman merkitys oli pieni jo ennen eläköitymistä peloissa ja kyse oli lähinnä yksittäistapauksista. Lisäksi teema hävisi kokonaan eläköitymisen jälkeen kielteisissä kokemuksissa.

*Sopeutumiseen* liittyvä teema oli uusi kielteiseksi koetuissa asioissa, eikä sitä ollut peloissa. Teeman osalta eniten kielteisiä asioita kokevia oli alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä ja heitä oli jopa puolet enemmän verrattuna muihin ryhmiin. Heidän jälkeensä eniten kielteistä asioita kokevia oli johtajien sekä ylimpien virkamiesten ryhmässä ja heistä alaspäin sosioekonomisissa ryhmissä liikuttaessa teeman merkitys laski. On esitetty, että alemmassa sosioekonomisessa ryhmässä olevilla kertyy vähemmän inhimillistä ja sitä kautta myös taloudellista pääomaa (Szinovacz 2012, 163–167), joka taas liittyy myös esimerkiksi terveysongelmien kasaantumiseen. Nämä tekijät vaikuttavat myös ihmisen elämänsä elämään ja eläköitymiseen ja koska eläköitymiseen sopeutumiseen vaikuttavat erilaiset ihmisten resurssit ja elämäntapahtumat, alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä on vähemmän erilaisia resursseja sopeutua eläköitymiseen. (Szinovacz 2012, 163–167.) Toisaalta tämä on ristiriidassa sen kanssa, että johtajissa ja ylimmissä virkamiehissä oli toiseksi eniten teeman suhteen kielteisiä asioita kokevia. Tätä voi kuitenkin osittain selittää se, mitä pohdimme jo sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetyksen kohdalla. Ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olevilla kun on usein työ, jossa on monelta kannalta katsottuna suuremmat vaatimukset, mutta samalla he myös useammin kokevat, että hiellä on suurempi mahdollisuus vaikuttaa, heillä on enemmän vapautta, merkityksellisempi työ ja suurempi sitoutumisen aste työhön ja työpaikkaan (Kristensen ym. 2002, 45). Näin ollen itse työstä luopuminen voi

tuntua haastavalta ja aiheuttaa sopeutumishaasteita. Täytyy myös huomioida, että teeman osalta ei puhuttu tarkemmin millaisista sopeutumisongelmista on kyse ja toisaalta teeman merkitys oli pieni koko aineiston tasolla.

*Työterveyshuollon* menetys oli toinen uusi teema, joka ilmeni vasta eläköitymisen kielteisiä kokemuksia tarkasteltaessa. Työterveyshuollon menetystä kommentoitiin kielteisesti etenkin ylimmässä sosioekonomisessa ryhmässä, mutta ei lainkaan alimmissa. Tulos on linjassa sen kanssa, että etenkin hyvätuloisten on nähty käyttävän enemmän lääkäreitä sekä työterveyshuollossa että yksityisellä puolella (Kauppinen ym. 2010, 151). Myös työterveyshuollon hyödyntäminen yleisesti on keskittynyt enemmän suurituloisille (Manderbacka ym. 2007, 182), eli ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Vaikka työterveyshuollon puuttuminen on palkansaajien keskuudessa harvinaista lakisääteisistä syistä, se on silti yleisempää työntekijöiden kuin toimihenkilöiden keskuudessa (Kauppinen ym. 2010, 151). Toisaalta tämänkin teeman merkitys oli koko aineiston tasolla pieni.

Niitä, joilla ei ollut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja, oli eniten palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöiden ryhmässä. Lähellä tätä ryhmää olivat toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät. Vähiten niitä, joilla ei ollut lainkaan pelkoja, oli ylimmässä ja alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä. Niitä, jotka eivät kokeneet lainkaan eläköitymiseen liittyviä kielteisiä asioita, oli eniten erityisasiantuntijoiden ryhmässä. Tämän jälkeen tulivat asiantuntijat, palvelu-, myynti ja hoitotyöntekijät, sekä toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät. Jälleen vähiten niitä, jotka eivät kokeneet lainkaan kielteisiä asioita, oli erityisasiantuntijoiden sekä muiden työntekijöidenryhmässä.

#### 6.4.2 Odotukset ja myönteiseksi koetut asiat

Johtajien ja ylimpien virkamiesten osalta myös odotukset ja myönteiseksi koetut asiat kasaantuivat vain tiettyihin teemoihin (ks. liitteet 15-16, 18). Ryhmään kuuluvilla oli eniten odotuksia ja etenkin myönteisiä kokemuksia muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten odotuksia ja myönteisiä asioita kohdistui matkusteluun ja mökkeilyyn, mutta teemaan liittyviä odotuksia oli jonkin verran enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Kolmanneksi eniten odotuksia oli lapsiin ja lapsenlapsiin, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen. Molempien teemojen osalta odotuksia oli kuitenkin huomattavasti enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Lasten ja lastenlasten osalta myönteisissä kokemuksissa puhuttiin yhdessä olemisen lisäksi auttamisesta ja jopa

lähemmäs muuttamisesta. Näiden teemojen jälkeen eniten odotuksia oli läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, sekä lukemiseen, käsitöihin television katseluun ja vastaavaan liittyen. Läheisten kohdalla odotuksissa korostuivat puoliso ja ystävät, mutta myönteisissä kokemuksissa puhuttiin laajemmin puolison ja ystävien lisäksi muista läheisistä ja sukulaisista. Teeman osalta myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin enemmän, kuin odotuksia. Lukemisen, käsitöiden, television katselun ja vastaavan osalta taas odotuksia oli myönteisiä kokemuksia enemmän. Vähiten odotuksia oli harrastuksiin yleensä, terveyteen, kotiin ja puutarhaan, sekä kulttuuriin liittyen. Terveyden osalta vastaajat puhuivat odotuksissa etenkin työn aiheuttamien paineiden poistumisesta ja siitä, että olisi aikaa hoitaa itseä. Harrastus- ja terveysteeman osalta myönteisiä kokemuksia oli enemmän kuin odotuksia. Kodin ja puutarhan, sekä kulttuurin osalta taas odotuksia oli enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Lisäksi ryhmään kuuluvilla ei ollut lainkaan odotuksia tai myönteisiä kokemuksia työntekoon ja vapaaehtoistyöhön, sekä opiskeluun ja itsensä kehittämiseen liittyen. Unen ja levon osalta ryhmään kuuluvilla ei ollut lainkaan odotuksia, mutta myönteisiä kokemuksia oli vajaalla viidenneksellä.

*Erityisasiantuntijoilla* odotukset ja myönteiset kokemukset kohdistuivat johtajia ja ylimpiä virkamiehiä laajemmin kaikkiin esiin nousseisiin teemoihin. Selvästi eniten odotuksia ja etenkin myönteisiä kokemuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten odotuksia oli läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen. Läheisten ja sosiaalisten suhteiden osalta puhuttiin eläköitymisen jälkeen laajemmin ystävistä, läheisistä ja perheestä, sukulaisista, sekä muista sosiaalisista tapahtumista. Teemojen osalta niihin kuitenkin kohdistui selvästi enemmän odotuksia, kuin myönteisiä asioita. Seuraavaksi eniten odotuksia oli lapsiin ja lapsenlapsiin, sekä terveyteen liittyen. Edellisen ryhmän tavoin lasten ja lastenlasten kanssa odotettiin nimenomaan olemista ja aikaa, eikä niinkään puhuttu suorasta avunannosta. Myönteisissä kokemuksissa puhuttiin kuitenkin myös auttamisesta. Terveyden kohdalla odotettiin sitä, että on aikaa itsensä hoitamiselle ja että psyykkinen kuormitus helpottuisi. Myönteisissä kokemuksissa korostui henkisen puolen koheneminen, vaikka pari kommenttia liittyi myös fyysisen terveyden paranemiseen. Lasten ja lastenlasten osalta odotuksia oli enemmän kuin myönteisiä kokemuksia, mutta terveyden osalta asia oli päinvastoin. Vähemmän odotuksia oli uneen ja lepoon, lukemiseen, käsitöihin television katseluun ja vastaavaan liittyen. Niihin kohdistui aamuteeman tavoin kuitenkin selvästi enemmän myönteisiä kokemuksia, kuin odotuksia.

Kotiin ja puutarhaan, työnteon ja vapaaehtoistyöhön, kulttuuriin, sekä opiskeluun ja itsensä kehittämiseen liittyen oli muita teemoja vähemmän odotuksia ja kaikkien teemojen osalta vielä vähemmän myönteisiä kokemuksia. Työnteon osalta ryhmään kuuluvat olivat eläköitymisen jälkeen innostuneita etenkin oman työn jatkamisesta, silloin kun se heille itselleen parhaiten sopi. Opiskelun ja itsensä kehittämisen osalta odotuksissa korostui uuden oppiminen, opiskelu kurssien muodossa, muu itsensä kehittäminen ja kielten opettelu. Myönteisissä kokemuksissa opiskelun osalta puhuttiin yleisesti opiskelemisesta ja vanhojen taitojen verestämisestä.

*Asiantuntijoiden* ryhmään kuuluvat odottivat ja kokivat selvästi eniten myönteisiä asioita muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Puolet vähemmän odotuksia kohdistui läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Teemaan liittyen myönteisiä kokemuksia oli vielä vähemmän kuin odotuksia. Seuraavaksi eniten odotuksia oli matkusteluun ja mökkeilyyn, lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen. Lasten ja lastenlasten osalta korostui odotuksissa ajan antaminen erityisesti lapsenlapsille, mutta myönteisissä asioissa puhuttiin ajan antamisen lisäksi avun antamisesta. Kaikkien neljän teeman osalta odotuksia oli selvästi enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Edellisten teemojen jälkeen eniten odotuksia oli terveyteen, sekä uneen ja lepoon liittyen. Terveyden osalta odotuksissa korostuivat edellisten ryhmien tavoin psyykkisen puolen helpottuminen ja itsensä hoitamisen mahdollisuus. Myönteisissä kokemuksissa puhuttiin laajemmin stressin poistumisesta, jaksamisen paranemisesta, paremmasta kunnon huolehtimisesta ja virkeyden parantumisesta. Molempien teemojen suhteen myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin enemmän kuin odotuksia. Näitä teemoja vähemmän odotuksia oli kotiin ja puutarhaan, lukemiseen, käsitöihin, television katseluun ja vastaavaan, sekä kulttuuriin liittyen. Kyseisten teemojen suhteen myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin enemmän kuin odotuksia. Myös työnteon ja vapaaehtoistyön, sekä opiskelun ja itsensä kehittämisen suhteen oli vähän odotuksia, mutta vielä vähemmän myönteisiä asioita kokevia. Opiskelun ja itsensä kehittämisen osalta odotettiin sitä, ettei ole pakko oppia uutta, mutta myönteisissä kokemuksissa haluttiin opiskella erityisesti kieliä. Työnteon jatkamisen ja vapaaehtoistyön osalta odotettiin erityisesti vapaaehtoistyön tekemistä ja oman työn jatkamista jollakin tavalla eläköitymisen jälkeen. Myös aamuihin eläköitymisen jälkeen kohdistui reilulla kymmenellä prosentilla ryhmään kuuluvista myönteisiä kokemuksia.

*Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä* oli eniten odotuksia läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, sekä ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Läheisten ja sosiaalisuuden osalta ryhmään kuuluvat odottivat erityisesti aikaa puolison ja ystävien kanssa. Myönteisiä kokemuksia oli teemaan osalta odotuksiin verrattuna huomattavasti vähemmän. Vastauksissa puhuttiin etenkin eläköitymisen jälkeen puolisoista ja muista omaisista. Eniten myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin tässäkin ryhmässä muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Edellä mainittujen teemojen jälkeen eniten odotuksia oli matkusteluun ja mökkeilyyn liittyen, mutta teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia oli peräti puolet vähemmän. Etenkin myönteisissä kokemuksissa korostui juuri mökkeily. Lasten ja lasten osalta odotuksia oli neljänneksellä ja myönteisiä kokemuksia viidenneksellä ryhmään kuuluvista. Lasten ja lastenlasten osalta odotettiin jälleen erityisesti ajan antamista lapsenlapsille. Näitä teemoja vähemmän odotuksia oli harrastuksiin yleensä, terveyteen ja uneen, sekä lepoon liittyen. Terveyden osalta odotettiin terveitä eläkepäiviä, irti pääsemistä työhuolista ja aikaa itsensä hoitamiseksi. Eläköitymisen jälkeen puhuttiin kuitenkin sekä fyysisen, että psyykkisen terveyden kohentumisesta. Edellä mainittujen kolmen teeman osalta myönteisiä kokemuksia oli enemmän kuin odotuksia. Liikuntaan ja ulkoiluun, lukemiseen, käsitöihin television kateluun ja vastaavaan, sekä opiskeluun ja itsensä kehittämiseen liittyen oli saman verran sekä odotuksia että myönteisiä kokemuksia. Opiskelun ja itsensä kehittämisen osalta odotettiin erityisesti voimia opiskeluun. Eläköitymisen jälkeen asia muuttui kuitenkin niin, että onneksi ei tarvitse oppia koko ajan uutta. Kodin ja puutarhan sekä työnteon ja vapaaehtoistyön osalta teemojen merkitys laski eli odotuksia oli enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Työnteon osalta odotettiin nimenomaan vapaaehtoistyön tekemistä. Kulttuurin suhteen ryhmään kuuluvilla ei ollut odotuksia, mutta viidellä prosentilla oli myönteisiä kokemuksia. Saman verran myönteisiä kokemuksia oli eläköitymisen jälkeen aamuihin liittyen.

*Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä* oli eniten odotuksia lapsiin ja lapsenlapsiin, sekä muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Lasten ja lastenlasten osalta teeman merkitys kuitenkin selvästi laski, mutta muiden ryhmien tavoin eniten myönteisiä kokemuksia oli ryhmän osalta muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten odotuksia oli terveyteen, matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Läheisten ja sosiaalisten suhteiden osalta odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli saman verran, mutta muiden teemojen osalta odotuksia oli

myönteisiä kokemuksia enemmän. Terveiden osalta eläköitymisen jälkeen vastauksissa korostui sekä fyysisen että psyykkisen terveyden paraneminen, itsensä hoitaminen ja jaksamisen kohentumien. Noin viidenneksellä ryhmään kuuluvista oli odotuksia harrastuksiin yleensä liittyen, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen. Harrastusten kohdalla myönteisiä kokemuksia oli enemmän kuin odotuksia, ja liikunnan sekä ulkoilun osalta odotuksia oli saman verran kuin myönteisiä kokemuksia. Näitä teemoja vähemmän odotuksia oli uneen ja lepoon, sekä kotiin ja puutarhaan liittyen. Unen ja levon osalta myönteisiä kokemuksia oli enemmän kuin odotuksia, mutta kodin ja puutarhan osalta asia oli päinvastoin. Vähiten odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli lukemiseen, käsitöihin, television katseluun ja vastaavaan liittyen, sekä työntekoon ja vapaaehtoistyöhön, kulttuuriin ja opiskeluun, sekä itsensä kehittämiseen liittyen. Työnteon ja vapaaehtoistyön osalta myönteisiä kokemuksia oli enemmän kuin odotuksia. Muiden teemojen osalta odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli saman verran, tai odotuksia enemmän. Aamujen osalta myönteisiä kokemuksia oli reilulla kuudella prosentilla.

*Muiden työntekijöiden* osalta eniten odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten odotuksia oli matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä terveyteen liittyen. Terveiden osalta odotuksissa korostui terveydestä ja itsestä huolehtiminen, fyysisen kuormituksen helpottuminen, toiveet terveyden säilymisestä, ja se ettei tarvitse kuunnella muiden ongelmia. Eläköitymisen jälkeen korostui sekä fyysisen, että psyykkisen terveyden kohentuminen. Molempien teemojen osalta odotuksia oli kuitenkin merkittävästi enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Vajaalla kolmanneksella oli odotuksia läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen ja vastauksissa korostuivat niin puoliso, ystävät, kuin sukulaisetkin. Samat asiat tulivat esiin myös eläköitymisen jälkeen. Odotuksia oli kuitenkin teeman suhteen enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Seuraavaksi eniten odotuksia oli lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä, liikuntaan ja ulkoiluun, sekä uneen ja lepoon liittyen. Unen ja levon osalta korostui odotuksissa juuri se, että saa nukkua pidempään. Lasten ja lastenlasten, sekä unen ja levon kohdalla myönteisiä kokemuksia oli saman verran kuin odotuksia. Sen sijaan harrastuksiin yleensä, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen oli huomattavasti vähemmän myönteisiä kokemuksia, kuin odotuksia. Vain reilulla kuudella prosentilla ryhmään kuuluvista oli odotuksia lukemiseen, käsitöihin, television katseluun ja vastaavaan liittyen, mutta yhdelläkään ei ollut teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia. Opiskelun ja itsensä kehittämisen osalta asia oli juuri päinvastoin. Ryhmään kuuluvilla ei

ollut lainkaan odotuksia tai myönteisiä kokemuksia työntekoon ja vapaaehtoistyöhön, kulttuuriin, sekä aamuihin liittyen.

**Teemoittain tarkasteltaessa** (ks. liitteet 13-14, 18) *muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen* liittyen suhteellisesti eniten odotuksia oli asiantuntijoilla. Seuraavaksi eniten odotuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä sekä erityisasiantuntijoilla. Vähiten teemaan kohdistuvia odotuksia oli toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä. Vaikka ryhmien välillä oli laajasti isojakin eroja, suhteessa eniten odotuksia oli ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä. Kaikkien ryhmien osalta teemaan kohdistuvia myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin enemmän kuin odotuksia. Teeman merkitys kasvoi ryhmästä riippuen noin viidestä prosentista useisiin kymmeniin prosentteihin. Johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä oli selvästi eniten teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia ja tämä tukee sitä, että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä on katsottu olevan enemmän resursseja hyödyntää lisääntyntä vapautta ja aikaa (ks. Prättälä 2007, 130; Oinas ym. 2010, 107–111). Lisäksi eniten aikapulaa kokevat selvästi eniten ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin kuuluvat ja samalla heidän vapaa-ajan käyttönsä on intensiivisintä ja laaja-alaisinta. He myös tekevät yrittäjiä lukuun ottamatta eniten töitä arkipäivinä. (Oinas ym. 2010, 118–122.) Eläköityminen näyttääkin tuovan ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä positiiviseksi koetun muutoksen ajankäytön ja vapauden kokemuksiin. Tämän kanssa jokseenkin ristiriidassa on kuitenkin se, että toiseksi eniten teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia oli muilla työntekijöillä. Tämä saattaa osittain johtua siitä, että monet eivät välttämättä osaa sanoittaa melko abstrakteja ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä asioita ennen eläköitymistä, vaikka käytännössä teemaan liittyvät asiat koskettavat jossain määrin kaikkia eläköityviä. Tätä voisi tukea myös se, että erot ryhmien kesken ovat tasaisempia myönteiseksi koetuissa asioissa.

*Matkustelun ja mökkeilyn* osalta selvästi eniten odotuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä. Tulos ei ole yllättävä, sillä ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä on käytössä enemmän taloudellisia resursseja ja varallisuutta (Uusitalo & Järnfeldt 2014, 15–16), joka on olennaista myös matkustelua ja mökkeilyä toteutettaessa (Niemelä 2008, 55). Toisaalta seuraavaksi eniten odotuksia oli alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä ja tämä on edellä lausutun perusteella yllättävää. Muut sosioekonomiset ryhmät asettuivat näiden kahden ryhmän väliin. Joka tapauksessa matkustelun ja mökkeilyn merkitys laskee siirryttäessä odotusten tarkastelusta myönteiseksi koettujen asioiden tarkasteluun ja tämä pätee kaikkien ryhmien kohdalla ja näin ollen odotuksia on kaikissa ryhmissä

enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Lisäksi merkityksen aleneminen on pääsääntöisesti suurempaa alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä kuin ylemmissä. Selvästi eniten myönteisiä kokemuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä ja vähiten muilla työntekijöillä. Eniten myönteisiä kokemuksia näyttää olevan etenkin ylimmässä sosioekonomisessa ryhmässä, mutta myös muissa ylemmissä ryhmissä. Näin ollen tulos on odotettava, jos ajatellaan edellä mainittuja taloudellisia resursseja ja varallisuutta. Myös Karisto & Konttinen (2004, 147–151) havaitsivat, että sosioekonominen asema on yhteydessä etenkin Eurooppaan ja Euroopan ulkopuolelle suuntautuviin matkoihin ja ylemmässä sosioekonomisessa asemassa olevat tekevät enemmän pidemmälle suuntautuvia ulkomaanmatkoja.

*Läheisten ja sosiaalisten suhteiden* osalta eniten odotuksia oli toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä, ja vähiten johtajien ja ylimpien virkamiesten keskuudessa. Muiden ryhmien suhteelliset osuudet asettuvat näiden väliin ja olivat hyvin lähellä toisiaan. Kun siirryttiin odotusten tarkastelusta myönteisiksi koettujen asioiden tarkasteluun, teeman merkitys laski tai pysyi suurin piirtein saman, lukuun ottamatta johtajia ja ylimpiä virkamiehiä, joilla teeman merkitys kasvoi eläköitymisen jälkeen ja jotka myös kokivat eniten teeman liittyviä myönteisiä asioita. Vähiten teeman osalta myönteisiä kokemuksia oli erityisasiantuntijoilla ja asiantuntijoilla. Toisaalta johtajia ja ylimpiä virkamiehiä lukuun ottamatta muiden ryhmien väliset erot eivät olleet erityisen suuria, enintään viisi prosenttia. Aineiston perusteella onkin vaikea löytää syitä eroihin ja vastausten hajontaan voivat vaikuttaa sosioekonomisen aseman sijasta enemmän muut tekijät, kuten läheisten määrä ja pari- tai ihmissuhteiden laatu.

*Lasten ja lastenlasten* osalta suhteellisesti eniten odotuksia oli palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä ja seuraavaksi eniten johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä. Jopa puolet vähemmän odotuksia oli asiantuntijoiden, toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöiden, muiden työntekijöiden, sekä erityisasiantuntijoiden keskuudessa. Ylemmissä ryhmissä puhuttiin enemmän lapsille ja lapsenlapsille ajan antamisesta ja ajan viettämisestä heidän kanssaan, kun taas alemmissa puhuttiin enemmän varsinaisesta avun antamisesta. Myönteiseksi koetuissa asioissa kuitenkin kaikissa sosioekonomisissa ryhmissä puhuttiin tasaisesti ajan antamisen lisäksi myös auttamisesta, jonka koettiin olevan mielekästä. Pääsääntöisesti kaikissa sosioekonomisissa ryhmissä oli kuitenkin enemmän odotuksia, kuin myönteisiä kokemuksia. Etenkin kahden ylimmän sosioekonomisen ryhmän, sekä palvelu- myynti- ja hoitotyöntekijöiden osalta merkityksen lasku oli muita suurempaa.



Joka tapauksessa eniten teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia oli asiantuntijoilla, muilla työntekijöillä, sekä palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä. Myös johtajien ja ylimpien virkamiesten keskuudessa oli myönteisiä kokemuksia vain parilla prosentilla vähemmän. Vähiten myönteisiä kokemuksia oli erityisasiantuntijoiden ryhmässä. McGarricle, Timonen ja Layte (2018, 4–10) ovat kuitenkin havainneet, että alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä autetaan herkemmin omia lapsia ja lapsenlapsia, kun taas ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olevat isovanhemmat osallistuvat alempia ryhmiä vähemmän lastenlasten hoitoon. Keski- ja yläluokassa olevilla ikääntyneillä vanhemmilla on enemmän ajankäytön kohteita, jotka kilpailevat lasten ja lastenlasten kanssa vietetystä ajasta. (McGarricle ym. 2018, 4–10.) Toisaalta käyttämäni aineisto ei mitannut avun antamisen määrää, vaan myönteisiä kokemuksia, jotka lastenlasten kohdalla koettiin pääsääntöisesti yhtä myönteisesti sosioekonomisesta asemasta huolimatta, ja vain erityisasiantuntijoiden ryhmässä oli muihin ryhmiin verrattuna selvästi vähemmän myönteisiä kokemuksia.

*Harrastuksiin yleensä* kohdistui eniten odotuksia asiantuntijoiden, erityisasiantuntijoiden, muiden työntekijöiden, sekä palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöiden ryhmissä. Vähiten odotuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, sekä toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä. Enemmän odotuksia kuin myönteisiä kokemuksia oli erityisasiantuntijoilla, asiantuntijoilla ja muilla työntekijöillä. Enemmän myönteisiä kokemuksia kuin odotuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä, sekä palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä. Suurin teeman merkityksen muutos tapahtui muiden työntekijöiden keskuudessa, kun odotuksia oli puolet enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Harrastusten suhteen eniten myönteisiä kokemuksia oli palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä, ja vähiten muiden työntekijöillä. Harrastuksiin liittyvien asioiden kommentointi voi kuitenkin riippua täysin vastaajien ajatuksista ja aktiivisuudesta kyseisellä hetkellä, koska harrastuksista ei kysytty kyselyssä erikseen. Lisäksi osa vastaajista oli eritellyt tarkemmin harrastuksiaan, jolloin vastaukset sijoittuivat yksityiskohtaisempien teemojen alle. Joka tapauksessa on havaittu, että sosioekonomisten ryhmien kesken ei ole merkittäviä eroja harrastuksiin käytetyn ajan suhteen, mutta eroja voi olla sen suhteen, minkälaisiin harrastuksiin aikaa käytetään (Oinas ym. 2010, 111). Karisto & Konttinen (2004, 104) kuitenkin havaitsivat, että koulutus lisää harrastamista ja terveys on toinen merkittävästi asiaan vaikuttava tekijä. Näin ollen korkeammin koulutetuilla olisi todennäköisemmin jokin harrastus (mts. 104).

Toisaalta harrastusten kohdalla puhuttiin nimenomaan ajan ja mahdollisuuksien lisääntymisestä harrastuksien suhteen, jolloin ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä ajan vapautuminen ja mahdollisuuksien lisääntyminen harrastamiseen voi tuntua merkittävämmältä, kuten edellä muun ajankäyttö ja aktiivisuuden kohdalla pohdin.

*Terveyden* osalta selvästi eniten odotuksia oli palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöiden, sekä muiden työntekijöiden ryhmässä. Muiden ryhmien keskuudessa terveyteen liittyviä odotuksia oli jopa puolet vähemmän, mutta ryhmien erot olivat keskenään pieniä, korkeintaan noin kolmen prosentin luokkaa. Ylemmissä ryhmissä korostui puhe psyykkisten paineiden helpotuksesta, kun taas alemmissa oli puhetta enemmän myös fyysisen terveyden parantumisesta tai rasituksen helpottumisesta. Tulos on odotettavaa, sillä ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä työn on nähty aiheuttavan muita ryhmiä enemmän henkistä rasitusta (Lehto, Sutela & Pärnänen 2015, 9). Sen sijaan työntekijäryhmissä työn ruumiillinen rasittavuus on ylempiin ja alempiin toimihenkilöihin verrattuna selvästi suurempaa (mts. 9). Kun tarkastellaan odotusten sijasta myönteisiä kokemuksia, kahta alimmaista sosioekonomista ryhmää lukuun ottamatta teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia on enemmän kuin odotuksia. Etenkin alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä teeman merkityksen lasku on suurta. Silti teeman osalta eniten myönteisiä kokemuksia oli palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä, sekä johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä. Vähiten myönteisiä kokemuksia oli muilla työntekijöillä. Yleisesti on todettu, että terveys on sitä heikompaa, mitä alempana sosioekonomisessa asemassa henkilö on (Lahelma ym. 2007, 27). Tällöin voisi olettaa, että jos terveys on jo lähtökohtaisesti huono tai huonompi, eläköityminen ei merkittävästi vaikuta terveyden kohenemiseen. Toisaalta etenkin kunta-alalla hoitotyöntekijöiden ryhmä käsittää lähes 30 % henkilöstöön kuuluvista ja ryhmään kuuluvia ovat muun muassa lähihoitajat, lastenhoitajat, kotipalvelutyöntekijät, sekä koulunkäynninohjaajat (Kunta-alan ammatit 2018), joiden työ on fyysisesti ja henkisesti erityisen raskasta (Lehto ym. 2015, 9). Tällöin työn poisjäänti eläköitymisen vuoksi saattaa tuoda mukanaan paljon myönteisiä kokemuksia. Lisäksi aineistossa painottui selvästi henkisen hyvinvoinnin paraneminen ja johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä työstä johtuvat henkisen paineen helpottuminen näkyy todennäköisesti teeman merkityksen nousuna.

*Liikunnan ja ulkoilun* osalta eniten odotuksia oli johtajien ja ylimpien virkamiesten ryhmässä. Myös yleisesti katsottuna teemaan liittyviä odotuksia oli enemmän ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä. Kun siirrytään odotusten tarkastelusta myönteisten

kokemusten tarkasteluun, myönteisiä kokemuksia saman verran kuin odotuksia, tai vähemmän. Etenkin kahdessa ylimmissä ja alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä teeman merkityksen lasku oli suurta. Joka tapauksessa teeman osalta eniten myönteisiä kokemuksia oli erityisasiantuntijoiden, sekä johtajien ja ylimpien virkamiesten ryhmässä. Vähiten myönteistä kokemusta oli muiden työntekijöiden ryhmässä. Näin ollen myös myönteiset kokemukset keskittyivät selvästi enemmän ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Karisto ja Konttinen (2004, 102) havaitsivat, että päivittäin tapahtuva liikunta ja ulkoilu on harvinaisinta yrittäjien ja ylempien toimihenkilöiden keskuudessa, mutta maanviljelijät ja alemmat toimihenkilöt liikkuvat kaikista ahkerammin ja työntekijät lähes saman verran. Näin ollen saamani tulos on eroava Kariston ja Konttisen (2004) tuloksista. Toisaalta myös tämän teeman kohdalla oli kyse ajan ja mahdollisuuksien lisääntymisestä ulkoiluun ja liikuntaan, joten tähän saattaa osittain päteä se, mitä pohdimme jo harrastusten osalta ajan lisääntymisen merkityksestä erityisesti ylempien sosioekonomisten ryhmien keskuudessa.

*Unen ja levon osalta* eniten odotuksia oli alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä ja muutenkin odotukset keskittyivät enemmän alempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Esimerkiksi johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä ei ollut lainkaan teemaan liittyviä odotuksia ja erityisasiantuntijoistakin vain pienellä osalla. Yleisesti unen ja levon merkitys kasvoi myönteisissä kokemuksissa ja myönteisiä kokemuksia oli jokaisessa ryhmässä vähintään saman verran tai enemmän kuin odotuksia. Teeman merkityksen kasvu oli silti suurempaa ylempissä kuin alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä. Joka tapauksessa eniten myönteisiä kokemuksia oli toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöillä. Vähiten myönteisiä kokemuksia oli palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä, sekä muilla työntekijöillä. Sosioekonominen asema ei kuitenkaan aineiston perusteella näytä johdonmukaisesti vaikuttavan teemaan liittyviin odotuksiin tai myönteisiin kokemuksiin.

*Kodin ja puutarhan osalta* eniten odotuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, ja vähiten muilla työntekijöillä. Asiantuntijoita lukuun ottamatta teeman merkitys laski tai vähintäänkin pysyi samana myönteisiä asioita tarkasteltaessa, eli odotuksia oli pääsääntöisesti enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Eniten myönteisiä kokemuksia olikin asiantuntijoiden ryhmässä ja myönteiset kokemukset keskittyivät ylipäättään enemmän ylempiin kuin alempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Karisto ja Konttinen (2004, 102) kuitenkin havaitsivat, että sosioekonomisessa asemalla ei olisi puutarhaharrastuksen suhteen vaikutusta tai sosioekonomisten ryhmien välisiä eroja, vaan harrastukseen

vaikuttaa ennemmin asuinpaikkakohtaiset erot. Toisaalta muodostamani teema sisälsi puutarhanhoidon lisäksi muita kodin ylläpitoon liittyviä vastauksia. Pääkkönen ja Hanifi (2011, 28–29) havaitsivatkin, että sosioekonomisten ryhmien kesken ei ole juurikaan eroja kotitöihin käytetyssä ajassa ja esimerkiksi ylemmät toimihenkilöt käyttivät työntekijöiden kanssa suurin piirtein saman verran aikaa kotitöiden tekemiseen. Toisaalta ryhmien väliset erot myönteisissä kokemuksissa olivat korkeintaan reilu neljä prosenttia.

*Lukemisen, käsitöiden, television katselun ja muun vastaavan* osalta selvästi eniten odotuksia oli johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä. Muissa ryhmissä oli vähintään kolmestoistaprosenttia vähemmän odotuksia ja ryhmien väliset erot olivat korkeintaan reilun kuuden prosentin luokkaa. Eniten myönteisiä kokemuksia oli asiantuntijoiden, sekä johtajien ja ylimpien virkamiesten ryhmässä. Myönteiset kokemukset kasaantuivat ylipäättään enemmän ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Tästä huolimatta johtajat ja ylimmät virkamiehet kokivat enemmän odotuksia kuin myönteisiä kokemuksia. Sama päti myös palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöihin, sekä muihin työntekijöihin, jotka eivät kokeneet lainkaan teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia. Erityisasiantuntijoiden ja asiantuntijoiden osalta taas myönteisiä kokemuksia oli enemmän kuin odotuksia, ja toimisto- sekä asiakaspalvelutyöntekijöillä odotuksia ja myönteisiä kokemuksia oli saman verran. Tuloksiin saattaa puhtaasti vaikuttaa vastaajien vastaushalukkuus ja -aktiivisuus. Lisäksi Karisto ja Konttinen (2004, 102) ovat havainneet, että ammattiasema ei vaikuta television katselun tai radion kuunteluun, eikä lehtien lukemisen määrään. Sen sijaan lukemisharrastus liittyy kulttuuripääomaan ja harrastusmuoto on yleisempää ylemmissä kuin alemmissä sosioekonomisissa ryhmissä (mts. 103). Lisäksi television katseluvalintoihin ja lukuvalintoihin vaikuttavat myös makutottumukset, jotka nojaavat henkilön sosioekonomiseen asemaan (mts. 115–120). Toisaalta myös tähän teemaan voi päteä osaltaan ajankäytön vapautumiseen liittyvä merkitys ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä.

*Työnteon ja vapaaehtoistyön* osalta johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, sekä muilla työntekijöillä ei ollut lainkaan odotuksia. Eniten teemaan liittyviä odotuksia oli erityisasiantuntijoilla. Teeman merkitys oli kuitenkin pieni koko aineiston osalta ja sen merkitys pieneni entisestään myönteisiä asioita tarkasteltaessa. Myönteisiä kokemuksia eivät kokeneet lainkaan johtajat ja ylimmät virkamiehet, muut työntekijät, eivätkä myöskään toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät. Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöitä lukuun ottamatta muissa ryhmissä, joissa ilmeni teemaan liittyviä odotuksia, odotuksia

oli enemmän kuin myönteisiä kokemuksia. Erot olivat kuitenkin ryhmien osalta korkeintaan viiden prosentin luokkaa ja myös tämän teeman merkitys oli pieni koko aineiston tasolla. Joka tapauksessa on havaittu, että työn jatkaminen eläkeiän saavuttamisen jälkeen ja eläkkeellä työn tekeminen on 63-70-vuotiaiden keskuudessa yleisempää korkeasti koulutetuilla (Palomäki & Tuominen 2010, 15–16.). Lisäksi eläkkeellä työskenteleminen on korkeakoulutettujen keskuudessa yleisempää, kuin työssä vakituisesti jatkaminen eläkeiän saavuttamisen jälkeen. Samalla kun eläkkeellä työskentely näyttää olevan yhteydessä korkeaan koulutustasoon, työssä vakituisesti jatkaminen eläkeiän jälkeen taas matalampaan koulutustasoon. (Mts. 15–16.) Sen sijaan vapaaehtoistyön tekeminen näyttäisi olevan yleisempää vähemmän ansaitsevissa kotitalouksissa ja koulutusasteen mukaan ammattikorkeakoulun ja perus-, keski-, kansa- ja kansalaiskoulun käyneiden keskuudessa. Vähiten vapaaehtoistyötä näyttävät koulutusasteen mukaan tekevän yliopiston tai korkeakoulun käyneet. Sen sijaan ammattiaseman mukaan eniten vapaaehtoistyötä näyttivät tekevän, yrittäjät ja johtavassa asemassa olevat, sekä maanviljelijät ja työntekijät. (Rahkonen 2018, 6–10.)

*Kulttuurin* osalta eniten odotuksia oli johtajien ja ylimpien virkamiesten ryhmässä ja muutenkin kyseiseen teemaan kohdistuvat odotukset keskittyivät ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin. Muut työntekijät, sekä toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät eivät kokeneet lainkaan odotuksia teemaan liittyen. Tämä on linjassa sen havainnon kanssa, että kulttuuririennossa käymiseen vaikuttaa taloudellinen ja etenkin kulttuurinen pääoma ja näin ollen se on yleisempää ylemmissä kuin alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä (Karisto & Konttinen 2004, 103; Niemelä 2008, 54–53). Edellä mainittu huomioiden, myönteisiä kokemuksia tarkasteltaessa on kuitenkin mielenkiintoista, että johtajat ja ylimmät virkamiehet eivät kokeneet lainkaan teemaan liittyviä myönteisiä asioita. Tosin ryhmään kuuluvat voivat jo työssä ollessaan harrastaa kulttuuria paljon enemmän kuin muihin ryhmiin kuuluvat, mutta aktiivisuus kulttuurin suhteen ei eläköitymisen jälkeen erityisesti lisäännä ja tämä näkyy aineistossa havaintojen puuttumisena. Myöskään alimmalla sosioekonomisella ryhmällä ei ollut teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia ja tämä taas tukee edellä esitettyä teoriaa, jonka mukaan kulttuurin kulutus on suurempaa ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä. Loppujen ryhmien osalta myönteiset kokemukset kasaantuvat aavistuksen verran ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin, joka sekin tukee kulttuurisen pääoman kasaantumisen teoriaa

ja Kariston ja Konttisen (2004) havaintoja. Toisaalta teeman merkitys oli pieni koko aineiston tasolla ja ryhmien väliset erot olivat vain muutaman prosentin luokkaa.

Työnteon ja vapaaehtoistyön tavoin *opiskelun ja itsensä kehittämisen* osalta johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä sekä muilla työntekijöillä ei ollut lainkaan odotuksia. Eniten odotuksia oli erityisasiantuntijoilla. Myönteisiä kokemuksia tarkasteltaessa johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä, sekä palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöillä ei ollut lainkaan myönteisiä kokemuksia. Sen sijaan muiden työntekijöiden ryhmästä noin kuudella prosentilla oli myönteisiä kokemuksia ja samalla kyseisessä ryhmässä oli myihin ryhmiin verrattuna eniten myönteisiä asioita kokevia. Muiden ryhmien osalta myönteisiä kokemuksia oli vähemmän tai saman verran kuin odotuksia. Toisaalta tämänkin teeman kohdalla kyse oli yksittäisistä vastaajista ja koko teeman merkitys oli pieni koko aineiston tasolla.

*Aamuteema* muodostui uudeksi teemaksi myönteiseksi koetuissa asioissa. Tämänkään teeman kohdalla ylin ja alin sosioekonominen ryhmä ei kokenut lainkaan teemaan liittyviä myönteisiä asioita, mutta toisaalta teeman merkitys on melko pieni koko aineiston osalta. Eniten myönteisiä kokemuksia oli kuitenkin erityisasiantuntijoiden ryhmässä. Ylintä ja alinta sosioekonomista ryhmää lukuun ottamatta teeman merkitys näytti pääsääntöisesti laskevan liikuttaessa sosioekonomisissa ryhmissä ylhäältä alaspäin.

## 7 Kolmas ikä monipuolisena elämänvaiheena

Ensimmäinen päätutkimuskysymykseni oli *”Millaisia seurauksia eläköitymisellä on eläköitymisen jälkeiseen elämänvaiheeseen ja millainen kuva eläköitymisestä ja kolmannesta iästä yksilötasolla muodostuu kunta-alantyöntekijöiden omien kokemusten ja näkemysten kautta?”*. Lisäksi minulla oli tutkimuskysymystä tarkentavia alakysymyksiä, jotka olivat *”Minkälaisia odotuksia ja pelkoja eläköityvillä on eläköitymisen suhteen ja mistä asioista ne koostuvat?”*, *”Mitä asioista vastaajien kokemat eläköitymisen jälkeiset positiiviset ja negatiiviset asiat koostuvat?”*, *”Kuinka vastaajien pelot ja odotukset ovat linjassa vastaajien kokemien eläköitymisen jälkeisten positiivisten ja negatiivisten asioiden kanssa?”*, ja *”Mitä yhtäläisyyksiä tai eroavaisuuksia on havaittavissa kokemusten osalta?”*.

### **Eläköitymiseen liittyvistä peloista kolmannen iän kielteisiin kokemuksiin**

Ennen eläköitymistä pelot kohdistuivat kaikkien vastaajien osalta kahdeksaan eri teemaan, jotka olivat talous, terveys, ajankäyttö ja aktiivisuus, sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyys, läheiset ihmissuhteet, yksinäisyys, merkityksellisyys ja turhautuminen. Näistä teemoista eniten pelkoja kohdistui talouteen, terveyteen, ajankäyttöön ja aktiivisuuteen sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyen. Toisaalta noin neljännes vastaajista ei kokenut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja. Halen (2019, 136) havaitsi väitöskirjassaan, että eläköitymistä miettiessä eläköityvät pohtivat usein etenkin taloudellista toimeentuloa, eläkkeen riittävyyttä, jäljellä olevia terveitä eläkevuosia, sekä itselle tärkeiden asioiden toteuttamista eläköitymisen jälkeen.

Pelkoja ja kielteisiä kokemuksia tarkasteltaessa terveysteeman osalta nousi esiin seikka, joka avasi mielenkiintoisen näkökulman eläkkeelle siirtyvien eläköitymis- ja kolmannen iän näkemyksiin. Ensinnäkin terveysteeman merkitys laski selvästi siirryttäessä pelkojen tarkastelusta kielteisten asioiden tarkasteluun. Vastaajat pelkäsivät etenkin terveyden menetystä sekä sairauksia. Moni myös esitti varsinaisten terveyspelon sijasta toiveen terveyden säilymisestä tulevaisuudessa. Olennaista kuitenkin oli se, että terveyteen liittyvät ajatukset ja pelot liitettiin ennemmin vanhenemiseen yleensä, eikä siihen että eläköityminen itsessään aiheuttaisi suoraan tai heti negatiivisia terveysvaikutuksia. Vastaajat ajattelivat terveyttä ja kunnon huononemista selvästi pidemmällä aikajänteellä, sekä yleisesti ikääntymisen tai vanhenemisen kautta, joiden nähtiin heikentävän jossain vaiheessa terveyttä ja toimintakykyä. Tämän perusteella ihmiset näyttävät ennen eläköitymistä hahmottavan eläkkeelle siirtymistä laajempaan siirtymään elämänvaiheesta toiseen, jolloin eläköityminen nähdään selvästi siirtymänä kohti vanhuutta, vaikka vanhuus neljännen iän merkityksessä tulisi vasta vuosien tai vuosikymmenten päästä eläkkeelle jäämisestä. Eläköitymisen vastaajat kuitenkin keskittyivät konkreettisemmin siihen, mitä eläköityminen on todella merkinnyt terveyden osalta ja havaitsevat, ettei eläköityminen sinällään aiheuttanut kielteisiä terveysvaikutuksia. Vasta eläköitymisen jälkeen heille alkoi hahmottua ainakin terveyden osalta kolmannen iän elämänvaihe, joka eroaa varsinaisesta vanhuudesta, johon usein liitetään sairaudet sekä terveyden ja toimintakyvyn lasku (Laslett 1989, 3–4). Yleisesti terveyteen liittyvät tulokset saivat tukea aiemmista tutkimustuloksista, joiden mukaan merkittävä osa yli 65-vuotiaista kokee terveytensä hyväksi tai melko hyväksi (Koskinen ym. 2018, 50–52) ja suurin osa yli 65-vuotiaista omaa hyvän fyysisen toimintakyvyn (Sainio ym. 2018 108–112).

Eläköitymisen jälkeen, pelkojen tavoin, eniten kielteiseksi koettuja asioita liittyi vastaajilla talouteen ja siihen liittyviä kielteisiä kokemuksia oli jonkin verran enemmän kuin teemaan liittyviä pelkoja. Tulokset olivat yhteneviä myös muiden tutkimusten kanssa ja on todettu, että vaikka eläkeläisten toimeentulosta muodostuu erilaisten objektiivisten mittareiden valossa melko myönteinen kuva, subjektiivisesti tarkasteltuna moni eläkeläinen kokee jonkinasteisia vaikeuksia toimeentulossaan ja heidän taloudellinen tilanteensa näyttää edellyttävän jossain määrin kulutuksesta tinkimistä ja menojen sopeuttamista tuloihin (Ahonen ym. 2018, 16, 50).

Talouden jälkeen eniten kielteisiä kokemuksia liittyi sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetykseen, sekä ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Ajankäytön ja aktiivisuuden osalta kielteisenä koettiin toimeentulo, saamattomuus, passivoituminen, päivien rutiinittomuus, mielekkään tekemisen puute ja läheisten vaikutus omaan ajankäyttöön. Myös Halenin (2019, 130) tutkimuksessa on havaittu, että moni kokee työn konkreettisesti rytmittävän päivää ja pitävän aktiivisena, joten ei ole yllättävää, että joillekin eläköityminen aiheuttaa kielteisiä ajankäytön ja aktiivisuuden kokemuksia. Lisäksi kaikille mielekkään tekemisen löytäminen työn tilalle ei ole helppoa tai edes aina taloudellisesti mahdollista (Halen 2019, 141). Ajankäytön ja aktiivisuuden osalta esiin nousseita pelkoja oli kuitenkin enemmän kuin teemaan liittyviä kielteisiä kokemuksia. Tämä voi osittain kertoa siitä, että siirtymä eläkkeelle ei ehkä ole aivan niin järjestyttävä muutos, kuin aluksi pelätään. Kyse voi olla sopeutumisesta tai siitä että eläköitymisen jälkeen osa ajankäyttöön ja aktiivisuuteen kohdistuvista peloista osoittautuu turhiksi tai ne eivät toteudu siinä mittakaavassa kuin aluksi pelättiin. Tämän puolesta puhuu myös teemaan liittyvien myönteisten kokemusten määrä, varsinkin kun määrää verrataan teemaan liittyviin odotuksiin, pelkoihin, sekä kielteisiin kokemuksiin.

Pelkoihin verrattuna eläköitymisen jälkeen selvästi useampi mainitsi sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen ja menetykseen liittyviä asioita kielteisenä. Kyse oli nimenomaan työkavereiden sekä työyhteisön menetyksestä, niiden ikävöinnistä, yhteisöllisyyden ja kuuluvuudentunteen kaipuusta, sekä sosiaalisen suhteiden ja kohtaamisten vähenemisestä. Työn on todettu tyydyttävän sosiaalisia tarpeita ja antavan yhteenkuuluvuuden tai -liittymisen tunnetta (Hakanen 2011, 30–34), jolloin työyhteisö sekä sen sosiaaliset suhteet ovat monelle hyvin merkityksellisiä (Halen 2019, 130, 138). Näin ollen moni myös kaipaa työtovereita ja työyhteisöä eläköitymisen jälkeen ja kokee kielteisiä tunteita niiden menetyksestä johtuen (Halen 2019, 130, 138, 141). Teeman



merkityksen kasvu on hyvä osoitus siitä, että moni ei todennäköisesti osaa etukäteen pelätä tai ajatella kielteisesti sosiaalisten suhteiden tai yhteisöllisyyden menetystä, vaikka käytännössä se koskettaa jossain määrin kaikkia eläköityviä. Silti vaikutukset havaitaan vasta, kun on konkreettisesti siirrytty eläkkeelle ja sosiaalisten suhteiden ovat jo vähentyneet ja yhteenkuuluvuuden tunne kadonnut.

Vastaajien pelot ja kielteiset kokemukset muodostuivat pitkälti samoista asioista ja niiden välillä oli selvää johdonmukaisuutta, kun peloissa eniten painoarvoa saaneet asiat ja teemat tulivat esiin ja korostuivat suurimmaksi osaksi myös kielteisissä kokemuksissa. Näin ollen eläköitymisen jälkeen kielteisissä kokemuksissa esiin tulleiden teemojen osalta kyse oli pohjimmiltaan siitä, että ennen eläköitymistä mainitut pelot olivat pääsääntöisesti käyneet toteen, eli ne koettiin eläköitymisen jälkeen kielteisinä. Tietenkin teemojen kohdalla oli jonkin verran vaihtelua sen suhteen, koettiin teemaan liittyviä pelkoja vai kielteisiä asioita enemmän. Esimerkiksi edellä käsiteltyjen talouden, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemisen osalta teemoihin liittyviä asioita ei osattu pelätä siinä mittakaavassa, kuin ne eläköitymisen jälkeen koettiin kielteiseksi. Toisaalta taas terveyden ja ajankäytön sekä aktiivisuuden osalta kävi juuri päinvastoin ja samalla ne antoivat mielenkiintoisen näkökulman eläköityvien ajatuksiin ja käsityksiin kolmannesta iästä. Joka tapauksessa voidaan todeta, että ihmiset hahmottavan ennen eläköitymistä melko hyvin niitä haasteita ja ongelmia, jotka myös aiheuttavat haasteita ja kielteisiä kokemuksia eläköitymisen jälkeen. Voidaan ajatella, että ihmisillä on melko realistiset ajatukset eläköitymisestä ja sitä seuraavasta elämänvaiheesta, ainakin jos huomio kiinnitetään eläköitymisen kielteisiin asioihin ja kokemuksiin.

Tulosten perusteella voi myös todeta, että vaikka merkittävä osa, eli noin neljännes ei kokenut lainkaan eläköitymiseen ja kolmannen ikään liittyviä pelkoja, eikä eläköitymisen jälkeen kielteisiä asioita, merkittävällä osalla oli edellä kuvatusti erilaisia pelkoja ja kielteisiä kokemuksia, jotka voitiin hahmottaa ja nimetä erilaisten teemojen kautta. Tämä osoittaa sen, että Laslettin (1989) käsitys kolmannesta iästä tietynlaisena elämän huipentumana ja pääsääntöisesti hyvin onnellisena itseensä keskittymisen aikana sekä itsetäyttymyksen ja -toteutuksen aikana ei toteudu. Näin ollen Laslettin ideaaliin näkemykseen ja kolmannen iän yksipuolisuuteen kohdistettu kritiikki (ks. Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 60–65; Jyrämä 2013, 89–110) osoittautuu tärkeäksi. Kaikille eläköityminen ja kolmas ikä eivät ole pelkästään positiivisesti latautuneita elämäntapahtumia- ja vaiheita, vaan ne voidaan kokea hyvin eri tavoin. Tämä ei

kuitenkaan kiistä kolmannen iän olemassaoloa, kunhan otetaan sen vaihtelevuus ja yksilöllisyys huomioon (Karisto 2004, 91–92; Wink & James 2012, 60–65; Jyrkämä 2013, 89–94).

### **Odotettu ja myönteiseksi koettu elämänmuutos ja elämänvaihe**

Vaikka eläköitymiseen ja kolmanteen ikään kohdistui pelkoja ja kielteisiä kokemuksia, silti tulosten perusteella korostui eläköitymisen ja kolmannen iän positiivinen odotusarvoa ja niiden myönteisyys. Eläköitymiseen liittyviin odotuksiin ja myönteisiin asioihin kohdistui selvästi enemmän vastauksia kuin pelkoihin ja kielteisiin asioihin. Vastauksissa korostettiin muun muassa sitä, kuinka innolla eläkettä odotetaan, kuinka se on ansaittu ja kuinka siihen ei ajatella liittyvän mitään negatiivista. Samalla vastauksissa saatettiin käyttää myönteisiä korostavia adjektiiveja, kuten että on ihanaa eläköityä tai että on vihdoinkin ihanaa omaa aikaa. Toisaalta odotukset ja myönteiset asiat osoittivat pelkojen ja kielteisten kokemusten tavoin, kuinka monipuolisesta ja vaihtelevasta elämäntapahtumasta ja elämänvaiheesta on kyse. Odotukset ja myönteiset asiat kohdistuivat vielä pelkoja ja kielteisiä kokemuksia laajemmin ja vaihtelevammin eri teemoihin. Odotuksia kohdistui yhteensä kolmeentoista eri teemaan ja eniten odotuksia kohdistui muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, matkusteluun ja mökkeilyyn, läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Myös lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä, terveyteen ja liikuntaan sekä ulkoiluun kohdistui paljon odotuksia. Muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvät odotukset koskivat pääsääntöisesti lisääntyvää aikaa, mahdollisuuksia sekä vapautta. Muissakin teemoissa oli pitkälti kyse siitä, että odotettiin lisääntyvää ja vapautuvaa aikaa, sekä mahdollisuuksia erilaisille mieluisille ajankäytön kohteille, asioille ja ihmisille.

Eläköitymisen jälkeen myönteiset asiat muodostuivat pitkälti samoista teemoista kuin odotukset ja eniten myönteisiä kokemuksia kohdistui muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, terveyteen, läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, uneen ja lepoon, liikuntaan ja ulkoiluun, sekä lapsiin ja lapsenlapsiin liittyen. Odotuksissa mainitut asiat pääsääntöisesti toteutuivat eläköitymisen jälkeen ja näin ollen myös odotusten ja myönteisten kokemusten perusteella vaikuttaa siltä, että ihmiset osaavat realistisesti hahmottaa sitä, millainen elämänvaihe eläköitymisestä avautuu ja mitä eläköityminen tuo tullessaan. Toki tiettyjen teemojen kohdalla vastaajat saattoivat kommentoida enemmän odotuksia saattoi kuin myönteisiä kokemuksia, tiettyjen teemojen kohdalla asia taas oli

päinvastoin. Esimerkiksi muun ajankäytön ja aktiivisuuden, terveyden, sekä unen ja levon osalta teemat saivat enemmän huomiota eläköitymisen myönteisissä kokemuksissa kuin odotuksissa.

Etenkin muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvän teeman merkityksen kasvu oli eläköitymisen jälkeen ja odotuksiin verrattuna suurta ja kasvu saattaa osittain selittyä sillä, että ajankäyttö ja aktiivisuusteeman alle sijoittuvat asiat ovat melko abstrakteja ja ehkä vaikeammin sanotettavissa ja hahmotettavissa ennen eläköitymistä, mutta eläköitymisen jälkeen teemaan sisältyviä asioista on helpompi sanoittaa oman kokemuksen kautta. Toisin sanoen, vaikka teeman alle sijoittuvat asiat koskettavat jossain määrin varmasti kaikkia eläköityneitä, niitä on helpompi havaita ja sanoittaa vasta, kun ne on konkreettisesti itse kokenut eläköitymisen jälkeen. Toisaalta moni saattoi aluksi pelätä ajankäytön ja aktiivisuuden haasteita, jotka osoittautuivatkin eläköitymisen jälkeen turhiksi, kuten teeman osalta peloissa ja kielteiseksi koetuissa asioissa kävi. Myös Kariston ja Konttisen (2004, 100–101) tutkimuksessa havaittiin, että suurimmanosalla eläköityneistä oli oman kokemuksensa mukaan juuri kysymyshetkellä parhaat mahdollisuudet tehdä ja harrastaa sitä mitä halusivat.

Sen sijaan läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, liikuntaan ja ulkoiluun, lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä sekä matkusteluun ja mökkeilyyn liittyi kohtalaisesti myönteisiä kokemuksia, mutta silti niiden merkitys laski odotuksiin verrattuna. Läheisten, lasten ja lastenlasten osalta voi olla kyse siitä, että toisinaan läheiset ihmissuhteet voidaan kokea velvoitteena, eivätkä ne aina ole vain positiivisiksi latautuneita (Halen 2019, 127–128, 148), tai että sosiaalisia suhteita ja sosiaalista aktiivisuutta on vähemmän kuin on etukäteen ajateltu tai suunniteltu (Ylikännö 2008, 77). Matkustelun ja mökkeilyn sekä erilaisten harrasteteemojen osalta merkityksen laskuun voi osaltaan vaikuttaa eläköitymisen myötä tulojen lasku. Sen sijaan harraste- ja ajankäyttö teemojen osalta voidaan todeta, että erilaiset harrastukset ovat eläköityville tärkeitä ja niihin uhrataan selvästi aikaa. Myös Karisto ja Konttinen (2004, 104–107) havaitsivat tutkimuksessaan, että suurimmalla osalla eläkeläisistä on jokin tärkeä harrastus ja harrastusten kirjo on hyvin laaja. Lisäksi ne ovat yhteydessä elämäntyytyväisyyteen ja toimintakykyyn (mts. 107.).

Toisaalta harrastusten ja erilaisen aktiivisuuden osalta kyse voi olla vastausaktiivisuuden- ja halukkuuden lisäksi siitä, että aikomuksia ja suunnitelmia on enemmän kuin lopulta

konkreettisia tekoja. Aineistosta oli nähtävissä se, että terveenä vietetyt ja aktiiviset elinvuodet ovat lisääntyneet etenkin elämän loppupäässä (Karisto 2004, 91–92; Wink and James 2012, 59–62) ja eläköitymisen ja vanhuuden väliin on ilmestynyt omaleimainen elämänvaihe, johon myös usein liittyy paljon odotuksia (Wink and James 2012). Kolmatta ikää kuitenkin usein leimaa tietty normatiivinen ja kulttuurinen aktiivisuuden ja toimeliaisuuden odotusarvo (Pynnönen 2011; Ylikännö 2008, 68) ja aktiivisuuden nähdään muun muassa lisäävän hyvinvointia ja terveyttä, kun taas laiskuutta ja passiivisuutta pidetään tietyllä tavalla huonona ja epätoivottuna. Eläköityminen ei kuitenkaan aina tarkoita suoraan aktiivisuuden lisääntymisenä. (Karisto 2004, 98; Ylikännö 2008, 68–69). Eläköitymisen nähdään tuovan eläköityneille työssäkäyviin verrattuna etenkin paljon vapaa-aikaa, jota voidaan kohdistaa uudella tavalla erilaisiin asioihin. (Tilastokeskus 2014) Näin ollen lisääntyneen ajan kautta aktiivisuus saattaa lisääntyä, tai ainakin ajankäytönmahdollisuuksia on enemmän erilaisiin aktiviteetteihin ja harrastuksiin (Pynnönen 2011, 14). Vaikka ikääntyvien ajankäyttö on muuttunut ajansaatossa ja aiempiin sukupolviin verrattuna jonkin verran aktiivisemmaksi (Ylikännö 2008, 76), eläköityvien harrastukset eivät näytä merkittävästi lisääntyvän eläköitymisen jälkeen ja työssäkäyviin verrattuna (Tilastokeskus 2014). Samalla eläköityvillä lisääntyy paljon myös niin sanotut passiiviset ajankäytönmuodot, kuten lukeminen ja television katselu. Lisäksi eläköityvät näyttävät käyttävän enemmän aikaa nimenomaan kotitöihin ja kotona tehtäviin askareisiin. Lisäksi aktiivisuuteen vaikuttavat eläköitymisen jälkeen monet muutkin asiat, kuten edellä mainittu terveys ja tulot, mutta myös elämäntapa ennen eläköitymistä, sekä elämäntyyli. (Tilastokeskus 2014; Ylikännö 2008.)

Aktiivisuuden osalta aineistosta olikin nähtävissä eläköitymisen jälkeisten vastausten perusteella se, että kolmannesta iästä muotoutui jonkin verran rauhallisempi ja seesteisempi elämänvaihe, kuin mitä voisi vastaajien kertomien odotusten perusteella olettaa. Odotuksissa korostui ajan ja vapauden lisääntyminen, ja sitä kautta aktiivisuuden ja erilaisten suunnitelmien ja aikomusten korostaminen. Eläköitymisen jälkeenkin nämä samat asiat nousivat esille ja moni myönteisissä asioissa esiin noussut teema edellyttää pohjimmiltaan aktiivisuutta, mutta silti esiin nousi enemmän rauhallisuutta ja kiireettömyyttä korostavat vastaukset ja puhe. Aineiston vastausten perusteella on kuitenkin vaikeaa mitata tai arvioida sitä, mitä aktiivisuudelle on todellisuudessa tapahtunut tai onko muutosta tapahtunut paljon määrällisesti.

### **Eläköitymisprosessista kolmanteen ikään**

Vastauksissa näkyi jonkin verran myös eläköitymisen prosessimaisuus ja ajallisen etenemismallin eri vaiheet, sekä erilaiset eläköitymistä selittävät teoriat. Ennen eläköitymistä annettujen vastausten kautta ihmiset suunnittelivat, hahmottivat ja kuvasivat valmistautumistaan eläköitymiseen ja kolmanteen ikään. Osalla vastauksissa näkyi myös eläköitymiseen liittyvän päätöksentekoprosessin läpikäyminen ja erilaisten asioiden huomioiminen eläköitymispäätöksessä. Samalla vastausten välillä oli selvästi nähtävissä se siirtymä, jonka eläköityvä elää läpi siirtyessään työelämästä eläkkeelle ja kuinka sopeutuminen uuteen elämään saattaa vielä olla käynnissä. (Shultz & Wang 2011; Wang & Shultz 2010.)

Jatkuvuuden teorian selitysvoima näkyi vastauksissa siten, että vastaajat selvästi pyrkivät pääsääntöisesti säilyttämään elämässään tiettyä jatkuvuutta (van Solinge 2012, 313; von Bonsdorff & Ilmarinen 2012). Vastauksissa puhuttiin hyvin vähän täysi uusista asioista tai ihmisistä, joita eläköityminen olisi tuonut tullessaan. Odotuksissa uusiin asioihin ja ihmisiin oli jonkin verran enemmän kommentteja, mutta suurin osa vastauksista keskittyi jo tuttujen asioiden ja ihmisten ympärille. Toisin sanoen eläköityminen ei näytä tuovan mitään suurta ja mullistavaa tullessaan, vaan elämänvaihe asettuu tuttujen ja pääsääntöisesti mieleisten asioiden, aktiviteettien ja ihmisten ympärille. Nämä pyrkimykset ulkoiseen jatkuvuuteen oli havaittavissa selvemmin, kun taas aineiston perusteella emme voi arvioida vastaajien pyrkimystä sisäiseen jatkuvuuteen tai kuinka he hyödyntävät sitä eläköitymisprosessiin sopeutumisessa. Osassa vastauksissa näkyi myös se, että mahdollinen tyytymättömyys esimerkiksi työhön ajoi muutoksiin ja eläköitymään. Vaikka pyrkimys jatkuvuuteen ohjaa ihmisten valintoja ja käyttäytymistä, sekä auttaa sopeutumisessa, se ei edellytä muuttumattomuutta, vaan hyväksyy päämäärien muutoksen ja toimimisen niiden mukaan (van Solinge 2012; von Bonsdorff & Ilmarinen 2012).

Samalla vastauksissa näkyi eläköitymistä monipuolisesti selittävä elämänkulkuteoria, eli se että ihmisten elämäнкаari rakentuu ihmisten omien toimien, valintojen, mahdollisuuksien, rajoitteiden ja henkilöhistorian kautta, mutta myös historiallisessa kontekstissa ja yhteiskunnallisten olosuhteiden puitteissa, jotka nekin tarjoavat erilaisia mahdollisuuksia ja toisaalta rajoitteita (Elder ym. 2003, 10–14; Gettings & Anderson 2018, 225–226). Näin ollen eläköityminen on merkittävä murroskohta ja tapahtuma ihmisen elämäнкаaressa (Karisto 2004, 95) ja edellä luetellut elämänhistorialliset asiat vaikuttavat eläköitymiseen ja sen jälkeiseen aikaan (van Solinge 2012, 313–314). Samalla

yksilölliset kokemukset ja sopeutuminen on riippuvaisia siitä minkälaiset taloudelliset, sosiaaliset ja psykologiset resurssit yksilöllä on käytössään eläköitymis- ja sopeutumisprosessissa ja miten nämä resurssit vaihtelevat ja muuttuvat eläköitymisprosessin aikana. (van Solinge 2012, 312–314.) Aineiston perusteella ei voitu tehdä tulkintoja siitä, minkälaiset eri tekijät vaikuttavat eläköitymiseen sopeutumisessa tai missä määrin, mutta selvästi ihmisten elämänhistoria ja aiemmat valinnat heijastuivat siihen, mitä he eläköitymisen jälkeiseltä ajalta odottivat ja miten he lopulta kokivat kolmannen iän eläköitymisen jälkeen ja mitä kolmas ikä ylipäättään sisälsi erilaisten elämäntyylien ja esimerkiksi siihen lukeutuvien aktiviteettien muodossa.

Myös edellisiä teorioita heikommin eläköitymistä selittävä rooliteoria näkyi aineistossa esimerkiksi työroolin menetykseen liittyvän puheen muodossa (van Solinge 2012, 312–313.). Etenkin työkavereita ja työyhteisön menetystä, työn ikävöintiä ja ajankäyttöä ja aktiivisuutta koskevat kielteiset kommentit osoittivat tietynlaisen työroolin menetystä sekä siirtymistä työssä käyvästä henkilöstä eläkeläiseksi. Samalla kuitenkin tapahtui sopeutumista uuteen elämänvaiheeseen ja muiden roolien vahvistumista, kuten isovanhemmuuteen keskittymistä. Osittain oltiin myös helpottuneita työn ja siihen liittyvän elämän taakse jäämisestä. Vaikka kaikille eläköityminen ei ollut ainoastaan positiivinen asia, silti se ei näyttäytynyt vastaajille aineiston perusteella suurena kriisinä, joka usein rooliteoriaan ja työroolin menetykseen liitetään (Wang 2007, 456).

Kaiken kaikkiaan voidaan myös todeta, että vaikka odotusten ja myönteisten asioiden sekä pelkojen ja kielteisten asioiden välillä ilmenneiden teemojen painoarvoissa saattoi tapahtua isojaakin muutoksia eläkkeelle siirryttäessä, pääsääntöisesti teemat ja niiden sisällöt pysyivät samoina ja lähinnä sisällöt täydentyivät eläköitymisen jälkeisissä kokemuksissa. Teemojen sisällöt koostuivat usein hyvin samankaltaisista ja samansuuntaisista vastauksista, eikä teemojen sisällä yleensä esiintynyt suuria tai selviä ristiriitoja. Aineiston osalta suurimmat ristiriidat löytyivätkin juuri odotusten ja pelkojen, sekä toisaalta myönteisiksi ja kielteisiksi koettujen asioiden väliltä. Monella ei esimerkiksi ollut eläköitymisen suhteen lainkaan pelkoja, kun taas merkittävällä osalla oli. Pelot sen sijaan kohdistuivat hyvin samankaltaisiin asioihin, jotka analyysissa oli eroteltu omiksi teemoikseen. Samalla monella ei ollut lainkaan kielteiseksi koettuja asioita eläköitymisen jälkeen tai siihen liittyen, mutta yhtä lailla suuri osa vastaajista luetteli erilaisia kielteiseksi koettuja asioita. Sama koski odotuksia ja myönteiseksi koettuja asioita. Lisäksi vastaajien ajatus- ja kokemusmaailmat erosivat samoihin asioihin

tai teemoihin liittyen. Moni esimerkiksi odotti vapautta ja aikaa, kun taas moni pelkäsi sitä mitä kaikella vapautuneella ajalla tekee. Moni odotti aktiivisuutta, mutta moni pelkäsi myös passivoitumista. Tämä myös toteutui eläköitymisen jälkeen, kun moni oli aktiivisempi eläkkeellä ja toisaalta moni taas kertoi passivoituneensa. Samalla tavalla moni kaipasi työtä ja pelkäsi sopeutumista, kun taas moni ei ikävöinyt työtä lainkaan tai kokenut sen poisjääntiä kurjana asiana. Osa taas jännitti yhteistä aikaa ja sopeutumista puolison kanssa yhdessä oloon, osa taas odotti sitä. Osa pelkäsi sosiaalisten suhteiden vähenemistä ja osa taas odotti sitä, että eläkkeellä on paremmin aikaa ylläpitää työn ulkopuolisia sosiaalisia suhteita tai ettei tarvitse olla yhtä sosiaalinen kuin ennen. Moni myös koki myönteisenä sen, ettei heidän tarvinnut huolehtia muista ja he pystyivät keskittymään vain itseensä sekä toteuttamaan juuri niitä asioita, joita halusivat. Osassa vastauksissa taas painottui se, että haluttiin olla läheisten kanssa ja auttaa esimerkiksi lapsia ja lastenlapsia. Tämä toi hyvin esiin eläköitymisen ja kolmannen iän vaihtelevuuden ja yksilöllisyyden, vaikka toisaalta analyysissa muodostuneet teemat osoittavat, että eläköitymisessä ja kolmannessa iässä on havaittavissa myös paljon teemoja ja asioita, jotka yhdistävät eläköityviä ja kolmatta ikää eläviä.

Tärkeää on myös huomata, että vaikka teemojen suhteen tehtiin hyvin selviä erotteluja ja rajanvetoja, todellisuudessa moni teema on tiukasti yhteydessä toisiinsa. Esimerkiksi eläköitymisen myötä sosiaaliset suhteet vähenevät ja talous saatetaan kokea huonommaksi. Samalla henkilöllä saattaa esiintyä ajankäytön ja aktiivisuuden haasteita, jotka voivat aiheuttaa tylsistymistä, tarpeettomuuden ja arvottomuuden tunteita. Samalla voi ilmetä terveyshuolia ja yksinäisyyden kokemuksia. Toisaalta positiiviset asiat voivat ruokkia toisiaan, kuten aktiivinen sosiaalinen elämä ja tiivis lähi- tai tukiverkko tuovat päiviin sisältöä ja kohentavat myös tarpeellisuuden tunnetta ja vähentävät yksinäisyyttä.

### 7.1 Naiset miehiä pelokkaampia, mutta myös odottavampia ja myönteisempiä

Toinen päätutkimuskysymykseni oli, ”*Minkälaisia eroja tai yhtäläisyyksiä eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa ja sitä kautta oletetussa kolmannessa iässä on, kun niitä tarkastellaan sukupuolen ja sosioekonomisen aseman mukaan?*”. Tätä sukupuolta koskevaa kysymystä lähestyin myös tarkentava alakysymyksen kautta, joka oli ”*Onko kokemuksissa ja kolmannessa iässä havaittavissa eroja tai samankaltaisuuksia miesten ja naisten välillä tai samaa sukupuolta olevien kesken, kun kokemuksia tarkastellaan sukupuolen mukaan?*”.

## **Peloista kielteisiin kokemuksiin**

Sukupuolten osalta naisilla oli jonkin verran miehiä enemmän eläköitymiseen liittyviä pelkoja ja kielteisiä kokemuksia, ja pelot sekä kielteiset kokemukset kohdistuivat laajemmin eri asioihin sekä teemoihin. Kaikkiaan miehet kommentoivat pelkoja saman verran kuin kielteisiä kokemuksia, naisilla taas kommentoitiin pelkoja enemmän kuin kielteisiä kokemuksia. Toisaalta naisista miehiä suurempi osa ei kokenut lainkaan eläköitymisen jälkeen kielteisiä asioita. Sukupuolijakauma vinoutuminen on kuitenkin huomioitava ja osittain erot voivat johtua myös naisten suuremmasta vastaushalukkuudesta tai -aktiivisuudesta. Naiset esimerkiksi saattoivat herkemmin kommentoida parisuhteeseen tai psyykkisen terveyden kohenemiseen liittyviä asioita. Miehet kuitenkin pelkäsivät selvästi eniten talouteen liittyviä asioita, mutta myös sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen, terveyteen, sekä ajankäyttöön ja aktiivisuuteen kohdistui monella pelkoja. Naiset pelkäsivät selvästi eniten talouteen ja terveyteen liittyviä asioita. Niiden lisäksi naisilla oli kohtuullisen paljon pelkoja ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyen.

Suurimmat sukupuolten väliset erot olivat kielteisten kokemusten osalta talouden, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetyksen kohdalla. Lisäksi kielteisissä kokemuksissa sukupuolten väliset suhteelliset prosentuaaliset erot olivat isompia kuin peloissa. Joka tapauksessa naisilla oli selvästi miehiä enemmän talouteen liittyviä kielteisiä kokemuksia, kun taas miehillä oli naisia selvästi enemmän sosiaalisten suhteiden vähenemiseen ja yhteisöllisyyden menetykseen liittyviä kielteisiä kokemuksia. Tämä ei sinällään ole yllättävää, koska naiset ovat keskimäärin miehiä heikommassa sosioekonomisessa asemassa, ansaitsevat miehiä vähemmän (Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16) ja näin ollen heidän eläkkeensä on noin neljäsosan miesten eläkettä pienempi (Uusitalo 2014, 142–146). Sosiaalisten suhteiden osalta taas voidaan todeta aiempien tutkimusten perusteella, että miesten elämä on katsottu rakentuvan enemmän työn varaan (Julkunen 2013, 64–65), jolloin voisi olettaa, että etenkin työn kautta muodostuneet sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyys ovat miehille merkityksellisempiä, tai ainakin niiden taakse jättäminen voi tarkoittaa miehille suurempaa sosiaalista aukkoa (Pietilä, Calasanti, Ojala & King 2017). Naisilla on myös miehiä useammin vähintään yksi läheiseksi koettu ystävä ja he pitävät tiheämmin yhteyttä ystäviinsä (Martelin ym. 2018, 123), joten voisi olettaa, että jos naisten elämä rakentuu enemmän myös työn ulkopuolisten asioiden



varaan ja heillä on enemmän ystäviä myös työn ulkopuolelta. Tällöin miehet koveta naisia selvemmin eläköitymisen vaikuttavan sosiaalisiin suhteisiin. Terveiden osalta teeman merkitys putosi molempien sukupuolten osalta selvästi ja sukupuolten väliset erot eläköitymisen jälkeen olivat todella pieniä. Teeman merkityksen lasku johtui erityisesti vastaus sisältöjen muutoksesta. Myöskään kansallisessa tasolla miesten ja naisten välillä ei ole selkeitä eroja nimenomaan koetussa terveydentilassa (Koskinen ym. 2018, 50).

Miehillä ei ollut lainkaan pelkoja läheisiin ihmissuhteisiin, sopeutumiseen ja yksinäisyyteen liittyen. Lisäksi he eivät kokeneet kielteisiä kokemuksia lainkaan läheisiin ihmissuhteisiin, yksinäisyyteen ja merkityksellisyyteen liittyen. Toisaalta naisistakin vain pieni osa koki kyseisiin teemoihin kohdistuneita pelkoja ja kielteisiä kokemuksia. Myös turhautumisen suhteen pelkoja ja työterveyshuollon menetyksen suhteen kielteisiä kokemuksia oli vain pienellä osalla sekä miehistä että naisista. Eroja voivat selittää myös sukupuolijakauman vinoutuminen. Kyseisten teemojen osalta esiin nousseet asiat eivät olleet aiempaan kirjallisuuteen tai tutkimustuloksiin nähden erityisen ristiriitaisia tai yllättäviä. Esimerkiksi miehet kokevat naisia vähemmän yksinäisyyttä (Martelin ym. 2018, 123) ja miehillä eläköityminen on vain harvoin koetun yksinäisyyden pääsyy (Julkunen 2013, 82). Läheisten osalta naiset antavat enemmän hoiva-apua läheisilleen (Danielsbacka ym. 2013, 89–90; Halen 2019, 128–129), joka osaltaan selittää sukupuolten välisiä eroja.

Lisäksi noin neljänneksellä molempien sukupuolten edustajista ei ollut lainkaan pelkoja eläköitymiseen liittyen. Eläköitymisen jälkeen sen sijaan miehistä vajaalla 23 %:lla ja naisista reilulla 27 %:lla ei ollut eläköitymiseen liittyviä kielteisiä kokemuksia. Karisto ja Konttinen (2004, 55) havaitsivatkin, että sukupuolten osalta eläköityminen näyttää olevan jonkin verran mieluisampi kokemus naisille ja se tukee myös aiemmin esitettyä käsitystä siitä, että naisten elämä olisi vähemmän työn varaan rakennettua.

### **Odotuksista myönteisiin kokemuksiin**

Odotusten ja myönteisten asioiden kohdalla naisilla oli suhteellisesti miehiä selvästi enemmän odotuksia ja myönteisiä kokemuksia. Kuitenkin sekä naisilla että miehillä myönteisiä kokemuksia kommentoitiin enemmän kuin odotuksia. Miehillä eniten odotuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Miesten osalta seuraavaksi eniten odotuksia oli matkusteluun ja mökkeilyyn liittyen, sitten harrastuksiin yleensä, sekä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Myös naisilla eniten odotuksia oli muuhun

ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Naisten osalta seuraavaksi eniten odotuksia oli läheisiin, sosiaalisiin suhteisiin ja kanssakäymisiin, sekä matkusteluun ja mökkeilyyn liittyen. Myös lapsiin ja lapsenlapsiin, harrastuksiin yleensä, terveyteen, sekä liikuntaan ja ulkoiluun kohdistui naisilla kohtalaisesti odotuksia. Odotuksissa sukupuolten väliset erot olivat pienempiä kuin myönteisissä kokemuksissa.

Odotusten tavoin selvästi eniten myönteisiä kokemuksia oli sekä miesten, että naisten kohdalla muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen, mutta teeman osalta sukupuolten väliset erot olivat suuria. Karisto ja Konttinen (2004, 100–101) totesivat tutkimuksessaan, että etenkin naiset ovat useammin sitä mieltä, että heillä on vapautta sekä autonomiaa juuri eläköitymisen jälkeen, ja he voivat harrastaa ja tehdä mitä haluavat. Tämän he perustelivat johtuvan osittain siitä, että miehillä elämä nojaa enemmän työhön, kun taas naisilla myös perhe-elämä on hyvin keskeistä. Näin ollen eläköitymisen kynnyksellä naiset ovat todennäköisesti irtautuneet työn lisäksi kotoa pois muuttaneista lapsista, jolloin vapaa-aika ja vapaus lisääntyvät miehiin verrattuna eri tavoin kahdelta suunnalta. (Mts. 100–101) Toisaalta tämä on ristiriidassa sen hoivavastuun ja -roolin kanssa, joka naisille miehiä useammin lankeaa (Danielsbacka ym. 2013, 89–90; Halen 2019, 128–129) ja jonka mukaan voisi olettaa, että esimerkiksi läheiset, lapset ja lapsenlapset rajoittavat eläköitymisen jälkeen enemmän naisia kuin miehiä ja kaventavat naisten vapaata ajankäyttöä sekä autonomiaa. Toisaalta teemaan sijoittuneet vastaukset sisälsivät melko yleisiä ja abstrakteja ajan ja vapauden lisääntymisen kokemuksiin liittyviä vastauksia ja koska naiset vastasivat yleisesti miehiä pidemmin ja monipuolisemmin, naiset saattoivat paneutua vastauksissa syvemmillä siihen, mitä lisääntynyt vapaus ja aika tarkemmin ottaen tarkoittivat. Näin ollen kyseiseen teemaan ovat jääneet ne vastaukset ja vastausten osat, joita ei voinut pilkkoa muiden teemojen alle, vaikka käytännössä moni teemaa on yhteydessä lisääntyneeseen aikaan ja vapautuneen. Näin ollen naisten vastaukset ovat saattaneet pilkkoutua ja sijoittua enemmän myös muiden teemojen alle. Miehet taas ovat saattaneet useammin kommentoida myönteisiä asioita lyhyesti kyseiseen teemaan sopivien vastausten kautta.

Seuraavaksi eniten myönteisiä kokemuksia oli miesten osalta liikuntaan ja ulkoiluun, lukemiseen, käsitöihin, television katseluun ja vastaavaan liittyen, sekä uneen ja lepoon liittyen. Vastaavasti naisilla eniten myönteisiä kokemuksia oli läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin sekä kanssakäymisiin liittyen, terveyteen, uneen ja lepoon, lapsiin ja lapsenlapsiin, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen. Miehillä näytti painottuvan

toiminallisemmat teemat, kun taas naisilla painottuivat enemmän hyvinvointiin ihmissuhteisiin ja läheisiin liittyvät teemat. Lisäksi etenkin terveyteen, läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, sekä lapsiin ja lapsenlapsiin liittyvien teemojen osalta sukupuolten väliset erot olivat suuria. Sinällään tämä ei ole yllättävää, koska naisilla on enemmän läheisempiä ystäviä (Martelin ym. 2018, 123) ja heille usein siirtyy hoivaajan rooli (Halen 2019, 128–129), joka saattaa ylläpitää sosiaalisia suhteita ja kohtaamisia paremmin. Lisäksi Pääkkönen ja Hanifi (2011, 37) ovat todenneet, että naiset käyttävät miehiä enemmän aikaa sosiaalisiin kanssakäymisiin. Samalla naisten myönteisiä käännekohtia elämässä ovat miehiä useammin läheisiin liittyvät kohokohdat, kun taas miehille työelämän tapahtumat ovat selvästi merkittävämpiä (Karisto & Konttinen 2004, 80–81). Terveysten osalta korostui myönteisissä kokemuksissa erityisesti henkisen hyvinvoinnin paraneminen. Terveiden ja unen ja levon parantuminen eläköidyttyä ja vanhemmalla iällä saa myös tukea aiemmista tutkimuksista (ks. Suvisaari ym. 2018, 85–89; Solin ym. 2018, 129; Partonen ym. 2018, 42–44). Terveiden osalta etenkin työikäiset naiset kokevat miehiä enemmän merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta (Suvisaari ym. 2018, 85), jolloin eläköityminen vastausten mukaisesti tuo helpotusta tilanteeseen. Eläköityminen näyttääkin tuovan etenkin naisille helpotusta juuri psyykkisen hyvinvoinnin osalta. Naiset saattavat myös herkemmin puhua henkiseen hyvinvointiin liittyvistä asioista.

### **Sukupuolella on merkitystä**

Tarkasteltaessa yleisesti sukupuolten välisiä yhtäläisyyksiä ja eroja eläköitymisen ja kolmannen iän kokemuksissa, teemojen sisällä miesten ja naisten vastausten sisällöt eivät poikenneet merkittävästi sukupuolten kesken, vaan molempien sukupuolten puhuessa tietyistä asioista tietyn teeman alla, vastaukset koostuivat samankaltaisista osatekijöistä ja samat asiat tulivat esiin molempien sukupuolten vastauksissa. Naiset kuitenkin sanoittavat asioita jonkin verran pidemmin ja monipuolisemmin, joten naisten vastaukset saattoivat useammin sijoittua useamman eri teeman alle. Tästä voi osittain myös johtua alussa mainitsemani seikka, että naisissa oli jonkin verran miehiä enemmän pelkoja ja kielteisiä asioita kokevia. Naisten pelot ja kielteiset kokemukset olivat myös laajaleisempia ja monipuolisempia kohdistuen useampiin eri teemoihin. Mielenkiintoista oli myös se, että vaikka naisissa oli jonkin verran miehiä enemmän pelkoja ja kielteisiä asioita kokevia, heissä oli myös miehiä selvästi enemmän odotuksia ja myönteisten asioita kokevia. Tosin tämä voi johtua jo edellä mainitusta naisten suuremmasta

vastaushalukkuudesta, pidemmistä ja monipuolisemmista vastauksista, sekä sukupuolijakauman vinoutumisesta. Teemakohtaisista vastauksista voidaan todeta, että eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa on sukupuolikohtaisia painotuseroja, jotka ovat nähtävissä myös ennen eläköitymistä. Kärjistetysti naisten vastaukset keskittyivät hyvinvointiin ja läheisiin, kun taas miesten vastaukset sisälsivät enemmän toiminnallisia asioita.

## 7.2 Monisyiset sosioekonomiset erot

Edellisen luvun alussa esittelemäni toinen päätutkimuskysymys koski sukupuolen lisäksi sosioekonomista asemaa ja sitä, *minkälaisia eroja tai yhtäläisyyksiä eläköitymisen kokemuksissa ja sitä kautta mahdollisessa kolmannessa iässä on sosioekonomisen aseman mukaan tarkasteltuna*. Kysymystä tarkensin alakysymyksillä, jotka koskivat sitä, *onko kokemuksissa ja kolmannessa iässä havaittavissa eroja tai samankaltaisuuksia sosioekonomisten ryhmien välillä tai samaan sosioekonomiseen ryhmään kuuluvien kesken, kun kokemuksia tarkastellaan sosioekonomisen aseman mukaan*. Aineistossa painottuivat vastaajien sosioekonomisena aseman osalta ylemmät ja keskiluokkaiset sosioekonomiset ryhmät.

### **Peloista kielteisiin kokemuksiin**

Pelkojen ja kielteisten kokemusten osalta johtajien ja ylimpien virkamiesten, toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöiden, sekä muiden työntekijöiden ryhmissä pelkoja ja kielteisiä asioita kommentoitiin käytännössä saman verran. Erityisasiantuntijoiden, sekä palvelu-, myynti ja hoitotyöntekijöiden ryhmässä pelkoja oli enemmän kuin kielteisiä asioita kokevia. Asiantuntijoissa kielteisiä kokemuksia oli jonkin verran enemmän kuin pelkoja. Ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä pelot kuitenkin kohdistuivat suppeammin tiettyihin teemoihin.

Johtajien ja ylimpien virkamiehien ryhmässä oli eniten pelkoja sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden menetykseen liittyen ja myös muihin ryhmiin verrattuna tässä ryhmässä oli suhteellisesti eniten kyseiseen teemaan liittyviä pelkoja. Tämä toteutui myös kielteisten kokemusten osalta ja tulosta voi ainakin osittain selittää se, että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olevilla on usein työ, jossa on monelta kannalta katsottuna suuremmat vaatimukset, mutta samalla he myös useammin kokevat, että heillä on suurempi mahdollisuus vaikuttaa, heillä on enemmän vapautta, merkityksellisempi työ ja suurempi sitoutumisen aste työhön sekä työpaikkaan (Kristensen ym. 2002, 45). Näin

ollen voidaan olettaa, että heille myös työyhteisö ja sen sosiaaliset suhteet ovat merkityksellisempiä ja niiden poisjäänti aiheuttaa kielteisiä kokemuksia. Ryhmään kuuluvilla oli myös kaikista ryhmistä eniten turhautumiseen liittyviä pelkoja ja tätä voi selittää osaltaan edellä sanottu. Lisäksi he kokivat teemoittain tarkasteltaessa ylivoimaisesti eniten työterveyshuollon menetykseen liittyviä kielteisiä kokemuksia. Onkin todettu, että työterveyshuollon hyödyntäminen on yleisesti keskittynyt enemmän suurituloisille (Manderbacka ym. 2007, 182), eli ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin.

Erityisasiantuntijoiden pelot ja kielteiset kokemukset kohdistuivat johtajia ja ylimpiä virkamiehiä laajemmin eri teemoihin. Ryhmän sisällä eniten pelkoja oli terveyteen liittyen. Muihin ryhmään verrattuna ryhmään kuuluvilla oli eniten pelkoja ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Eläköitymisen jälkeen eniten kielteisiä kokemuksia oli ryhmän sisällä talouteen liittyen, mutta teemoittain tarkasteltaessa ryhmään kuuluvat kokivat muita ryhmiä enemmän merkityksellisyyteen liittyviä kielteisiä asioita. Merkitysteeman painottumista tähän ryhmään on vaikea aineiston avulla selittää, eikä aiemmat tutkimuksetkaan selitä tulosta ainakaan sosioekonomisesta asemasta käsin. Toisaalta kyseisen teeman merkitys oli pieni koko aineiston tasolla ja pieni osa ryhmään kuuluvista koki kyseiseen teemaan liittyviä kielteisiä asioita. Toisaalta muihin ryhmiin verrattuna tähän ryhmän lukeutui eniten vastaajia, jotka eivät kokeneet lainkaan eläköitymisen kielteisiä vaikutuksia.

Asiantuntijoiden ryhmän sisällä oli eniten pelkoja talouteen liittyen. Teemoittain tarkasteltaessa ryhmään kuuluvilla oli muita ryhmiä enemmän pelkoja läheisiin ihmissuhteisiin liittyen. Eniten kielteisiä asioita koettiin ryhmän sisällä talouteen, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyen. Teemoittain katsottaessa ryhmään kuuluvilla oli muihin ryhmiin verrattuna eniten kielteisiä kokemuksia läheisiin ihmissuhteisiin liittyen. Aineiston perusteella on vaikea löytää syitä parisuhdetta ja läheisiä koskeviin tuloksiin eri ryhmien osalta. Todennäköisesti tuloksiin vaikuttavat sosioekonomisen aseman sijasta enemmän muut tekijät, kuten pari- tai ihmissuhteiden laatu, sekä ystävien ja läheisten määrä.

Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöiden ryhmän sisällä oli eniten pelkoja talouteen liittyen ja sama päti myös muihin ryhmiin verrattuna. Eläköitymisen jälkeen ryhmän sisällä oli eniten kielteistä kokemuksia talouteen, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden vähenemiseen liittyen. Teemoittain tarkasteltaessa ja muihin ryhmiin

verrattaessa ryhmään kuuluvilla oli eniten kielteisiä kokemuksia ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, sekä yksinäisyyteen liittyen. Vaikka ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä olevilla on käytössään enemmän erilaisia taloudellisia, sosiaalisia ja tiedollisia resursseja, joiden avulla he kykenevät toteuttamaan itseään ja täyttämään eläköitymisen jälkeistä aikaa (Prättälä 2007, 130; Oinas ym. 2010, 107–111), aineiston perusteella alimmassa sosioekonomisessa ryhmässä olevat eivät kokeneet eniten ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä kielteisiä asioita. Resurssinäkökulma ei ole käyttämäni aineiston osalta täysin suoraviivainen selitys saatuun tulokseen ja havaittuihin eroihin. Samalla tavoin yksinäisyyden osalta havaittuja tuloksia ja eroja on vaikea selittää sosioekonomisesta asemasta käsin. Toisaalta kyseisen teeman merkitys oli koko aineiston osalta pieni, eikä tästäkään ryhmästä kovin moni kokenut kielteisiä asioita teemaan liittyen. Näyttäisi siltä, että yksinäisyyteen vaikuttavat enemmän muut tekijät, kuten koettu terveydentila ja pääasiallinen toiminta ja elämäntilanne, kuten työttömyys tai yksin asuminen (Moisio & Rämö 2007, 399–400).

Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijöiden ryhmän sisällä, sekä muihin ryhmiin verrattuna eniten pelkoja oli talouteen liittyen. Teemoittain katsottaessa ja muihin ryhmiin verrattaessa heillä oli myös eniten pelkoja merkityksellisyyteen liittyen. Aineiston perusteella on vaikea arvioida mistä kyseinen tulos johtuu tai johtuuko se ylipäättään sosioekonomisesta asemasta. Eläköitymisen jälkeen ryhmän sisällä oli eniten kielteisiä kokemuksia talouteen liittyen.

Muilla työntekijöillä, eli alimpaan sosioekonomiseen ryhmään kuuluvilla, oli ryhmän sisällä eniten pelkoja terveyteen liittyen ja sama päti ryhmittäin vertailtaessa. Muihin ryhmiin verrattuna muilla työntekijöillä oli myös eniten pelkoja yksinäisyyteen ja turhautumiseen liittyen. Eläköitymisen jälkeen ryhmän sisällä ja myös muihin ryhmiin verrattuna, ryhmään kuuluvilla oli eniten kielteisiä kokemuksia talouteen liittyen. Tulos on ilmeinen, sillä taloudelliset huolet ja ongelmat kasaantuvat alempiin sosioekonomisiin ryhmiin (Erola 2010, 89–93; Uusitalo & Järnfeldt 2014, 15–16). Silti alimmassa ryhmässä näyttää siltä, ettei tulojen putoamista osata realistisesti etukäteen pelätä. Lisäksi ryhmään kuuluvilla oli muihin ryhmiin nähden eniten kielteisiä kokemuksia sopeutumiseen ja terveyteen liittyen. Tämä ei ole yllättävää edellä mainitun taloudellisen huono-osaisuuden, terveysongelmien sekä sosiaalisen huono-osaisuuden kasautumisen perusteella, sekä erilaisten resurssien epätasaisen jakautumisen perusteella (Erola 2010, 89–93; Uusitalo & Järnfeldt 2014, 15–16; Lahelma ym. 2007, 25–26; Roos 1986).

## **Odotuksista myönteisiin kokemuksiin**

Pelkojen ja kielteisten asioiden tavoin johtajilla ja ylimmillä virkamiehillä odotukset ja myönteiset kokemukset kohdistuivat suppeammin eri teemoihin. Ryhmän sisällä eniten odotuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Tässä ryhmässä oli muihin ryhmiin verrattuna eniten odotuksia liikuntaan ja ulkoiluun, kotiin ja puutarhaan, lukemiseen käsitöihin, television kateluun ja vastaavaan, sekä kulttuurin liittyen. Odotusten tavoin ryhmän sisällä eniten myönteisiä kokemuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen ja heillä oli myös muihin ryhmiin verrattaessa eniten teemaan liittyviä myönteisiä kokemuksia. Tämä tulos tukee sitä, että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä on enemmän resursseja hyödyntää lisääntyntä vapautta ja aikaa (ks. Prättälä 2007, 130; Oinas ym. 2010, 107–111). Lisäksi eniten aikapulaa kokevat selvästi eniten ylempiin sosioekonomisiin ryhmiin kuuluvat ja samalla heidän vapaa-ajan käyttönsä on intensiivisintä ja laaja-alaisinta ja he myös tekevät yrittäjiä lukuun ottamatta eniten töitä arkipäivinä (Oinas ym. 2010, 118–122). Näin ollen eläköityminen näyttää tuovan ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä selkeän positiiviseksi koetun muutoksen ajankäytön ja vapauden kokemuksiin. Toisaalta tämä kanssa ristiriidassa on se, että teeman suhteen vähiten myönteisiä asioita kokevia ei ollut muiden työntekijöiden ryhmässä. Tämä saattaa osittain johtua siitä, että monet eivät välttämättä osaa sanoittaa melko abstrakteja ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyviä asioita ennen eläköitymistä, vaikka käytännössä teemaan liittyvät asiat koskettavat jossain määrin kaikkia eläköityviä. Tätä voi tukea myös se, että erot ryhmien kesken ovat tasaisempia myönteiseksi koetuissa asioissa kuin peloissa.

Muihin ryhmiin verrattaessa johtajien ja virkamiesten ryhmässä oli eniten myönteisiä kokemuksia myös matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Myös ryhmän sisällä eniten myönteisiä kokemuksia oli juuri kyseisiin teemoihin liittyen, terveyden lisäksi. Tulos ei ole yllättävä, sillä ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä on käytössä enemmän taloudellisia resursseja ja varallisuutta (Uusitalo & Järnfelt 2014, 15–16), joka on olennaista myös matkustelua ja mökkeilyä toteutettaessa (Niemelä 2008, 55). Sen sijaan aineiston perusteella on vaikea löytää syitä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvään tulokseen, ja eroihin sekä vastausten hajontaan voivat vaikuttaa sosioekonomisen aseman sijasta enemmän muut tekijät, kuten läheisten määrä ja pari- tai ihmissuhteiden laatu.

Erityisasiantuntijoiden ryhmän sisällä eniten odotuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten odotuksia oli ryhmän sisällä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä liikuntaan ja ulkoiluun liittyen. Tässä ryhmässä oli muihin ryhmiin verrattuna eniten odotuksia opiskeluun ja itsensä kehittämiseen liittyen. Tosin kyseisen teeman merkitys oli muihin teemoihin nähden vähäinen ja erot muihin ryhmiin pienehköjä. Eläköitymisen jälkeen ryhmän sisällä oli selvästi eniten myönteisiä kokemuksia muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Lisäksi ryhmään kuuluvilla oli muihin ryhmiin verrattuna eniten myönteisiä kokemuksia liikuntaan ja ulkoiluun, sekä aamuihin liittyen. Kahteen edellä mainittuun teemaan liittyviä tuloksia on vaikea selittää aineistosta, sosioekonomisesta asemasta ja aiemmista aiheeseen liittyvistä tuloksista käsin.

Asiantuntijoissa ryhmän sisällä eniten odotuksia oli muiden tavoin muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Ryhmään kuuluvilla oli myös kyseiseen teemaan liittyen ja muihin ryhmiin verrattuna eniten odotuksia. Seuraavaksi eniten odotuksia oli ryhmän sisällä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä lapsiin ja lapsenlapsiin liittyen. Muihin ryhmiin verrattuna ryhmässä oli eniten odotuksia myös harrastuksiin yleensä liittyen. Eläköitymisen jälkeen ryhmän sisällä eniten myönteisiä kokemuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten myönteisiä kokemuksia oli ryhmän sisällä uneen ja lepoon, sekä lapsiin ja lapsenlapsiin liittyen. Muihin ryhmiin verrattuna tässä ryhmässä eniten myönteisiä kokemuksia oli lapsiin ja lastenlapsiin, lukemiseen, käsitöihin, television katseluun ja vastaavaan liittyen, sekä kotiin ja puutarhaan, sekä kulttuuriin liittyen. Teemojen osalta tuloksia on vaikea selittää sosioekonomisesta asemasta käsin.

Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijöiden ryhmässä eniten odotuksia oli ryhmän sisällä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen ja sama päti muihin ryhmiin verrattuna. Muihin ryhmiin verrattuna heillä oli eniten odotuksia myös työntekoon ja vapaaehtoistyöhön liittyen. Ryhmän sisällä läheisten ja sosiaalisten suhteiden jälkeen eniten odotuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, terveyteen, sekä matkusteluun ja mökkeilyyn liittyen. Eläköitymisen jälkeen ryhmän sisällä eniten myönteisiä kokemuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen, ja seuraavaksi eniten uneen sekä lepoon liittyen. Unen ja levon osalta kaikista ryhmistä juuri tässä ryhmässä oli eniten myönteisiä kokemuksia teemaan liittyen. Sosioekonominen asema ei kuitenkaan näytä



johdonmukaisesti vaikuttavan uneen ja lepoon liittyviin kokemuksiin, eikä se näyttäisi selittyvän sosioekonomisesta asemasta käsin.

Palvelu-, myynti ja hoitotyöntekijöiden ryhmän sisällä eniten odotuksia kohdistui lapsiin ja lapsenlapsiin ja ryhmään kuuluvilla oli myös muihin ryhmiin verrattuna eniten odotuksia kyseiseen teemaan liittyen. Seuraavaksi eniten ryhmän sisällä odotuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, terveyteen, matkusteluun ja mökkeilyyn, sekä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyen. Muihin ryhmiin verrattuna tähän ryhmään kuuluvilla oli eniten odotuksia terveyteen liittyen. Eläköitymisen jälkeen tälläkin ryhmällä eniten myönteisiä kokemuksia oli muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Seuraavaksi eniten ryhmän sisällä myönteisiä kokemuksia oli terveyteen, läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin, sekä harrastuksiin yleensä liittyen. Kaikkiin muihin ryhmiin verrattuna juuri tässä ryhmässä oli eniten myönteisiä kokemuksia terveyteen, harrastuksiin yleensä, sekä työntekoon ja vapaaehtoistyöhön liittyen. Terveyteen liittyviä asioita voivat osittain selittää kyseiseen sosioekonomiseen ryhmään keskittyvät ammattiryhmät, jotka pitävät sisällään muun muassa lähihoitajat, lastenhoitajat, kotipalvelutyöntekijät sekä koulunkäynninohjaajat (Kunta-alan ammatit 2018), joiden työ on fyysisesti ja henkisesti erityisen raskasta (Lehto ym. 2015, 9), jolloin eläköityminen tuo heille selvää helpotusta terveyden osalta. Sen sijaan harrastuksiin, sekä työn jatkamisen ja vapaaehtoistyöhön liittyen sosioekonominen asema ei ainakaan täysin suoraan selitä tuloksia.

Myös alimmassa ryhmässä odotukset kohdistuivat ylimmän ryhmän tavoin suppeammin tiettyihin teemoihin. Ryhmän sisällä eniten odotuksia kohdistui muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen, seuraavaksi eniten matkusteluun ja mökkeilyyn, terveyteen, sekä läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin. Muihin ryhmiin verrattuna eniten odotuksia ryhmässä oli uneen ja lepoon liittyen. Eläköitymisen jälkeen tässäkin ryhmässä oli eniten myönteisiä kokemuksia muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen. Lisäksi kaikista ryhmistä eniten tässä ryhmässä oli myönteisiä kokemuksia opiskeluun ja ia itsensä kehittämiseen liittyen.

### **Sosioekonomisen aseman monimutkaiset syy-seuraussuhteet**

Tuloksista on nähtävissä se, että sosioekonomisten ryhmien välillä on eroja eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa. Eri asia on kuitenkin se, minkälaisien teemojen kohdalla ja kuinka paljon eroja voidaan selittää suoraan ekonomisesta asemasta käsin ja toisaalta

mitkä muut tekijät vaikuttavat havaittuihin eroihin sosioekonomista asemaa enemmän. Kuten luvussa 4.4 totesin, sosioekonominen asema vaikuttaa monin tavoin eläköitymiseen ja on monin eri tavoin monimutkaisesti yhteydessä myös muihin eläköitymiseen vaikuttaviin asioihin ja tekijöihin. Sosioekonominen asema vaikuttaa esimerkiksi koulutukseen, ammattiasemaan ja tuloihin (Härkönen 2010, 51–66). Samalla niillä on vaikutus esimerkiksi terveyteen, erilaisiin valintoihin, elämäntyyliin ja habitukseen ja sitä kautta eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksiin (Karisto & Konttinen 2004, 27). Parhaiten sosioekonomisen aseman merkitys kokemuksissa näkyi esimerkiksi edellä käsiteltyjen tärkeimpien tulosten ja teemojen kohdalla, kuten talouden, terveyden, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden osalta.

## 8 Johtopäätökset

Tutkielman tavoite oli toimia oppimisprosessina tutkielman aiheeseen, eli eläköitymiseen ja kolmanteen ikään, sekä etenkin niihin liittyviin yksilötason kokemuksiin. Tarkoitus oli myös laajemmin ymmärtää monitasoista sekä monimuotoista eläköitymisprosessia. Yhteenvetona voin todeta, että tutkielma ja aineiston analyysi vastasi asettamiini tutkimuskysymyksiin hyvin. Eläköitymisestä ja kolmannesta iästä piirtyi kunta-alantyöntekijöiden näkökulmasta kaikkiaan hyvin odotettu ja pääsääntöisesti positiivisesti koettu elämäntapahtuma ja elämänvaihe. Eläköitymisen teorioihin nojaten voidaan todeta, että aineisto antoi tukea sille, että eläköityminen ja kolmas ikä näyttäytyvät yksilötasoisina ilmiöinä hyvin monimuotoisina, monitasoisina sekä monipuolisina. Lisäksi eläköityminen näyttää olevan selvä murroskohta, joka erottaa kolmannen iän työssäkäyvien ja jo varsinaista vanhuutta elävien elämänvaiheista. Samalla tutkielma antaa tärkeää tietoa kunta-alantyöntekijöiden ja suurten ikäluokkien jälkeisten ikäryhmien eläköitymis- ja kolmannen iän ajatuksista sekä kokemuksista. Tuloksia ei voi yleistää koskemaan kaikkia kunta-alantyöntekijöitä ja suurten ikäluokkien jälkeisiä ikäryhmiä, mutta aineiston koon vuoksi ne ovat kuitenkin jo merkityksellisiä.

Uutta eläköitymisen jälkeistä elämänvaihetta leimasivat selvästi kaksi yleistä teemaa, jotka olivat aika ja vapaus. Molempia odotettiin kovasti ennen eläköitymistä ja ne myös toteutuivat uudessa elämänvaiheessa monipuolisesti. Vaikka eläköityminen ja kolmas ikä näyttäytyivät suurimmalle osalle myönteisesti, eläköitymiseen ja elämänvaiheeseen kohdistui myös paljon erilaisia pelkoja ja kielteisiä kokemuksia. Pelosta, odotuksista sekä myönteisistä ja kielteisistä kokemuksista muodostuneiden teemojen, niiden sisältöjen

ja merkitysten muutosten perusteella näyttää kuitenkin siltä, että ihmiset osaavat varautua eläköitymisen mukana tuleviin kielteisiin ja myönteisiin asioihin sekä muutoksiin pääpiirteittäin hyvin jo ennen eläköitymistä. Toisin sanoen monet odotetut tai pelätyt asiat ja muutokset kävivät eläköitymisen jälkeen toteen. Teemojen sisällöt eivät myöskään yleensä merkittävästi muuttuneet eläköitymissiirtymän jälkeen ja samalla suurimmassa osassa teemoista painoarvon muutosta tapahtui korkeintaan noin kuusi prosenttia. Poikkeuksen tähän tekivät peloissa ja kielteisissä kokemuksissa terveyteen, sekä sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden häviämiseen liittyvät teemat. Odotusten ja myönteisten asioiden osalta suurimmat painoarvon muutokset liittyivät muuhun aktiivisuuteen ja ajankäyttöön, sekä matkusteluun ja mökkeilyyn. Silti tulokset osoittivat, ettei eläköityminen näytä olevan suurimmalle osalle ainakaan merkittävä kriisi, kuten rooliteoria antaa olettaa (Wang 2007, 456), mutta merkittävä elämänmuutos ja -tapahtuma se voi silti olla.

Tulokset loivat eläköitymisestä ja kolmannesta iästä samanaikaisesti monipuolisen sekä vaihtelevan kuvan, ja toisaalta niitä yhtenäistävän kuva. Vastauksista muodostuneet erilaiset teemat tietyllä tavalla korostivat eläköitymisen ja kolmannen iän monipuolisuutta ja yksilökohtaista vaihtelevuutta, mutta samalla ne osoittivat, että monet ajattelevat ja kokevat hyvin tietentyyppejä ja samankaltaisia asioita ja kokemuksia. Nämä asiat ja kokemukset voidaan tiivistää erilaisiksi esiin nousseiksi teemoiksi, joihin eläköityvien erilaiset ajatukset ja kokemukset keskittyivät. Tieteenkään kaikki vastaajat eivät kokeneet kaikkia mahdollisia asioita ja teemoja, jolloin vastaukset ja teemat ikään kuin jakoivat ihmiset tietyllä tavalla vastakkaisiin asetelmiin, joka samalla tuki eläköitymisen ja kolmannen iän monimuotoisuutta ja vaihtelevuutta, jopa polarisoituneisuutta. Tämä näkyi esimerkiksi siinä, että osalla oli paljon erilaisia pelkoja, osalla taas ei lainkaan. Osa pelkäsi terveyteen liittyviä asioita, osa taas odotti terveyden kohenemista. Osa pelkäsi lisääntyntä vapaa-aikaa, vapautta sekä mahdollista turhautumista, osa taas odotti vapautta ja mietti sitä, riittääkö kaikki vapautunut aika siihen mitä haluaisi tehdä. Osa pelkäsi passivoituvansa ja tylsistyvänsä, osa taas odotti aktiivisuutta omille mielenkiinnon kohteille. Osa odotti aikaa läheisten kanssa, kun taas osa pelkäsi tai koki läheisten kuormittavan liikaa. Ääripäät tai vastakkainasettelut muodostuivat kuitenkin hyvin samankaltaisista vastauksista ja asioista, jotka taas yhdistivät kyseisiä vastaajia. Kolmas ikä ei kuitenkaan osoittautunut Peter Laslettin (1989) käsityksen mukaiseksi elämän huippukohdaksi ja itsensä toteuttamisen, itsensä

kehittämisen ja itsetyytyväisyyden ajaksi, vaan elämänvaiheeseen liittyy myös paljon vaihtelevuutta. rajoittavia tekijöitä, pelkoja ja kielteisiä kokemuksia.

Yleisesti mielenkiintoinen tulos oli se, että eläköitymisen jälkeen vastauksissa nousi esiin tietynlainen rauhallisuuden ja kiireettömyyden arvostaminen ja korostaminen. Teemat näkyivät myös ennen eläköitymistä annetuissa vastauksissa, mutta ennen eläköitymistä korostui jonkin verran enemmän myös puhe uusista asioista ja aktiivisuudesta. Teemojen sisällön ja teemojen painoarvon muutostenkin perusteella on nähtävissä se, että ennen eläköitymistä saatettiin pelätä enemmän hyvinvoinnin ja terveyden huononemista ja samalla odotettiin paljon aktiivisuutta, jota voidaan kohdistaa vastauksissa hyvin laajasti itselle tärkeisiin ja erilaisiin harrastuksiin, tekemisiin, ihmisiin ja asioihin. Vaikka eläköitymisen jälkeen hyvinvointi, terveys ja tyytyväisyys näyttivät eri tavoin kohenevan ja olevan edelleen tärkeitä, niitä ei luoda tai niihin ei vaikuteta niinkään aktiivisuuden tai valtavan tekemisen kautta, kuten aluksi ajateltiin. Sen sijaan arvostettiin vapautta ja lisääntyntä aikaa itselle, sekä niiden mukana tullutta kiireettömyyttä ja rauhallisuutta. Samalla näiden tekijöiden nähtiin tuottavan tyytyväisyyttä ja hyvää oloa. Toisin sanoen, kolmas ikä ei vastausten perusteella läheskään aina osoittautunut niin aktiiviseksi ajaksi, kuin aluksi vastausten perusteella suunniteltiin ja lopulta elämä hakeutui jo melko tuttujen asioiden ja ihmisten ympärille (Pynnönen 2011; Ylikännö 2008, 68-69; Karisto 2004, 98).

Toisin sanoen eläköidyttyäkin uudessa elämänvaiheessa on nähtävissä pyrkimistä ja ajautumista jatkuvuuteen sekä hyvinvoinnin säilyttämiseen ja sen lisäämiseen (van Solinge & Henkens 2008, 319.). Myös eläköitymisen jälkeiset elämäntyyliä näyttävät hakeutuvat melko lähelle sitä, mitä ne olivat jo ennen eläköitymistä (Pynnönen 2011; Ylikännö 2008, 68-69; Karisto 2004, 98). Tämä näkyi esimerkiksi erilaisten aktiviteettien ja toimintojen nimeämisessä ja painottumisessa sekä ennen että jälkeen eläköitymisen. Tämän perusteella myös elämänkulkuteoria saa tukea osana eläköitymistä ja kolmatta ikää. Tietenkin ihmisillä on hyvinvoinnin ylläpitämisen ja lisäämisen, sekä miellyttävän elämänvaiheen luomiseen ja erilaisten elämäntyylien ylläpitämisen suhteen erilaiset käsitykset ja mahdollisuudet (van Solinge & Henkens 2008, 319; Allardt 1976, 328; Roos 1986). Näihin asioihin vaikuttavat myös vahvasti edellä mainittu elämänkulkuteoriaan sisältyvät asiat, kuten ihmisen elämänhistoria, erilaiset ominaisuudet ja resurssit (van Solinge 2012, 313–314).

Sukupuolten osalta oli havaittavissa sekä eroja, että yhtäläisyyksiä eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa. Molempien sukupuolten kokemat pelot ja odotukset, sekä kielteiset ja myönteiset asiat koostuivat pitkälti samankaltaisista osatekijöistä ja samat asiat tulivat esiin molempien sukupuolten vastauksissa. Teemojen sisällä miesten ja naisten vastausten sisällöt eivät poikenneet merkittävästi sukupuolten kesken, kun he puhuivat samoista asioista. Silti sukupuolittain oli havaittavissa tiettyjä teemakohtaisia painotuseroja ja toisaalta eivät kaikki miehet tai naiset kokeneet eläköitymistä ja kolmatta ikää samalla tavalla. Sukupuolten osalta on myös pidettävä mielessä sukupuolijakauman vinoutuminen, eli se että naisia oli miehiin verrattuna huomattavasti enemmän. Naiset myös sanoittavat asioita yleensä miehiä pidemmin ja monipuolisemmin, ja mahdollisesti puhuivat miehiä herkemmin esimerkiksi psyykkisen hyvinvoinnin paranemisesta ja parisuhteeseen liittyvistä seikoista.

Yleisesti ottaen naisilla oli enemmän pelkoja kuin kielteisiä kokemuksia, kun taas miehillä pelkoja ja kielteisiä kokemuksia oli saman verran. Toisaalta on myös huomioitava, että iso osa naisista sekä miehistä ei kokenut lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja tai kielteisiä kokemuksia. Naisilla pelot ja kielteiset kokemukset kuitenkin kohdistuivat miehiä laajemmin eri teemoihin. Vaikka naisilla oli suhteellisesti jonkin verran miehiä enemmän pelkoja, heillä oli myös miehiä selvästi enemmän odotuksia ja myönteisiä kokemuksia. Kuitenkin sekä naiset että miehet kommentoivat enemmän eläköitymiseen liittyviä myönteisiä kokemuksia, kuin siihen liittyviä odotuksia. Tämä voi osittain kertoa siitä, että molempien sukupuolten osalta eläköityminen on jonkin verran positiivisemmin koettu elämänvaihe, kuin on etukäteen ajateltu. Kuitenkin odotuksissa sukupuolten väliset erot olivat pienempiä kuin myönteisissä kokemuksissa.

Teemoittain katsottaessa yleisesti ottaen miehillä näyttivät painottuvan toiminallisemmat teemat, kun taas naisilla painottuivat enemmän terveyteen, hyvinvointiin, ihmissuhteisiin sekä läheisiin liittyvät asiat ja teemat. Sukupuoliin liittyvät tulokset olivat pitkälti linjassa aiempien tulosten kanssa ja esimerkiksi terveyteen ja läheisiin liittyvät tulokset saivat selitysvoimaa sukupuolesta käsin. Toisaalta aina tulokset eivät ainakaan täysin olleet tulkittavissa sukupuolen kautta tai sukupuolesta johtuviksi. Esimerkiksi muun ajankäytön ja aktiivisuuden osalta asia osoittautui monimutkaisemmaksi, kuin pelkästään sukupuolesta selitettäväksi asiaksi.

Sosioekonomisena aseman osalta aineistossa painottui ylemmät ja keskiluokkaiset sosioekonomiset luokat. Ylimmässä sosioekonomisissa ryhmässä pelkojen ja kielteisten asioiden sekä odotusten ja myönteiseen asioiden osalta kokemukset kohdistuivat suppeammin eri teemoihin. Lisäksi esimerkiksi alimpaan sosioekonomiseen ryhmään kuuluvat kommentoivat suhteellisesti vähiten odotuksia ja myönteisiä kokemuksia. Pelkojen ja kielteisten kokemusten osalta vastaavaa on vaikea arvioida. Joka tapauksessa sosioekonomisten ryhmien välillä oli eroavaisuuksia eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksissa, mutta erot tai teemojen merkitysten muutokset eivät välttämättä aina olleet selitettävissä sosioekonomisesta asemasta käsin. Joidenkin teemojen, kuten talouden tai terveyden osalta erot olivat selvemmin selitettävissä sosioekonomisesta asemasta käsin ja muutokset esimerkiksi teemojen merkityksissä olivat sosioekonomista asemaa ajatellen johdonmukaisia ja saivat tukea aiemmasta tutkimuskirjallisuudesta. Sen sijaan tiettyjen teemojen, kuten esimerkiksi sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden tai läheisten ihmissuhteiden osalta erot olivat hajanaisia ja vaikeammin selitettävissä. Tätä havaintoa tuki myös se, että tulokset eivät läheskään aina vastanneet aiempia tuloksia samoista tutkimuskohteista. Toisaalta tämä oli tärkeä tulos itsessään ja osoitti sen, kuinka monet eri tekijät ja asiat vaikuttavat eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksiin ja toisaalta kuina monimutkaisesti sosioekonominen asema saattaa olla yhteydessä erilaisiin eläköitymiseen ja kolmanteen ikään vaikuttaviin tekijöihin, kuten edellä mainittuihin elämänpolkuihin ja resursseihin, joiden vaikutusta ei voida suoraan mitata tai tarkastella sosioekonomisesta asemasta käsin tai tämän aineiston sekä tutkielman puitteissa.

Sosioekonomisen asemaan perustuvien analyysien perusteella voidaan kuitenkin sanoa, että tulokset tukevat tietyssä määrin kolmannen iän keskiluokkaisuutta, eli sitä että ylemmissä sosioekonomisissa ryhmissä on paremmat mahdollisuudet ja resurssit toteuttavat kolmatta ikää itselle mieluisalla ja tyydyttävällä tavalla (Karisto 2004, 91–92; Wink and James 2012). Toisaalta esimerkiksi eläköitymisen jälkeen kaikissa ryhmissä eniten myönteisiä kokemuksia oli juuri muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyen ja tämä kertoo jotain eläköitymiselle ja kolmannelle iälle tyypillisistä asioista, jotka ilmenevät selvästi siitä huolimatta, mihin sosioekonomiseen asemaan henkilö kuuluu. Muutenkin eniten painoarvoa saaneiden teemojen esiintyvyys eri sosioekonomisissa ryhmissä osoittaa sen, että tietyt asiat ovat eläköitymiselle ja kolmannelle iälle tyypillisiä, vaikkakin asioiden painoarvo voi vaihdella sosioekonomisen aseman mukaan. Tästä voidaan jatkaa päätelmää että, vaikka eläköityminen ja kolmas ikä ovat monipuolisia ja

vaihtelevia ilmiötä ja vaikka niitä koetaan eri tavoin, niille löytyy myös yhdistyviä piirteitä. Näistä tekijöistä huolimatta tai juuri niistä johtuen, eläköitymisen jälkeisestä elämänvaiheesta näyttää samalla kaikessa monimuotoisuudessaan muodostuvan elämänvaihe, joka selvästi erottuu työtä leimaavasta toisesta iästä ja varsinaisesta vanhuuden leimaavasta neljänneestä iästä (Laslett 1989; Karisto 2004; Wink & James 2012).

Lopuksi voin todeta vielä jotakin tutkielman yllättävästi asioista tai vaiheista, sekä tutkielmasta oppimisprosessina. Aineiston tasolla ilmenevät teemat ja niiden sisällöt eivät sinällään olleet yllättäviä ja mukailivat pitkälti muissa tutkimuksissa esiin tulleita havaintoja ja tuloksia. Enemminkin tulokset saattoivat muuttaa oma käsitystäni eläköityvien ja eläköityneiden eläköitymiskokemuksista. Toisin sanoen itselläni saattoi olla aluksi jostakin teemasta tai asiasta erilainen käsitys tai mielikuva, joka kuitenkin muuttui analyysien tehdessä ja taustakirjallisuuteen, sekä aiempiin tutkimuksiin perehtyessä. Näin ollen tutkielma toimi merkittävänä oppimisprosessina käsittelemäni aiheeseen ja ilmiöön.

Kuten jo aiemmin sivusin, teemojen ja kokemusten tarkastelu sukupuolesta ja etenkin sosioekonomisesta aseman käsin toi jonkin verran yllättäviä tuloksia tai tulokset eivät aina olleet yhtä selkeitä kuin etukäteen olisi voinut olettaa. Toisaalta tämä korosti ilmiön monimutkaisuutta ja sitä, että monet eri seikat ja tekijät vaikuttavat eläköitymiseen ja kolmannen iän kokemuksiin (Karisto 2004; Wink & James 2012; Wang ja Shultz 2010; Atchley 1976, 6–9; Szinovacz 2012, 152–168; Wang 2007; Wang 2012; van Solinge 2012). Lisäksi sukupuolten välisissä tuloksissa jonkin verran yllätti se, kuinka samalla tavoin miehet ja naiset puhuivat asioista. Vaikka naiset usein vastasivat pidemmin ja heidän vastaukset saattoivat olla monipuolisempia, saman teeman vastaukset lopulta koostuivat sukupuolten osalta pitkälti samanlaisista osatekijöistä ja vastauksissa tuli esiin hyvin samankaltaiset asiat sukupuolesta huolimatta. Joka tapauksessa sukupuoli ja sosioekonominen asema eivät aina selittäneet tuloksia yhtä suoraviivaisesti, kuin aluksi olin ajatellut. Lisäksi kyseisen aineiston ja tulosten kohdalla oli vaikea arvioida sitä, kuinka paljon sukupuoli tai etenkin sosioekonominen asema selittivät havaittuja kokemuseroja. Todennäköisesti niillä molemmilla on selittävää voimaa ja arvoa, mutta eläköitymis- ja kolmannen iän kokemuksiin vaikuttavat myös monet muut henkilökohtaiset ominaisuudet, asiat ja olosuhteet, joita on tämän tutkielman puitteissa mahdoton tutkia tai arvioida enempää.

Jatkotutkimuskysymyksiä ajatellen on huomioitava, että laajan vapaamuotoisen kyselyn kautta toteutetun tiedonhankinnan haasteena on etenkin haastatteluun verrattuna joustamattomuus ja vastausten rajoittuneisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73–74) Käyttämäni aineiston vastauksiin ei ollut esimerkiksi mahdollista palata jälkikäteen niin, että olisin voinut tehdä vastauksia tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi tulkinnanvaraisissa tai epäselvissä tapauksissa. Vastaukset muutenkin perustuivat vastaajien vastaushalukkuuteen ja kykyyn ymmärtää ja ilmaista asioita, joka saattoi vaihdella vastaajasta toiseen paljonkin. Vastaukset myös jäivät toisinaan tutkielman kiinnostuksen kohteena olevan aiheen ja ilmiön kannalta melko lyhyiksi ja toisinaan pintapuolisiksi, jolloin ilmiöstä tai asiasta ei aina kyennyt samaan kovin syvällistä käsitystä. Toisaalta tämä oli myös aineiston etu, koska sain laadulliseen tutkimukseen soveltuvan aineiston, joka oli kerätty huomattavasti isommalta ihmismäärältä, kuin mitä haastattelujen kautta olisi pystytty tutkielman puitteissa keräämään ja käsittelemään. Toisin sanoen, lomakekyselyn ja sen lyhyiden avokysymysten kysymysten ja vastausten etuna oli haastatteluun verrattuna aika, jota tarvitsi haastattelujen toteuttamisen sijaan huomattavasti vähemmän (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73–74). Etuna oli myös henkilömäärällisesti kattavampi aineisto, kuin mitä haastettujen kautta olisi kyetty keräämään (mts. 73–74).

Näin ollen jatkotutkimusta ajatellen aihetta olisi mielenkiintoista lähestyä haastatteluista käsin tai tarkempien jatkokysymysten kautta. Tällöin saataisiin tarkempia ja syvällisimpiä vastauksia eläköitymiskokemuksista ja kolmannesta iästä. Haastatteluissa voisi esimerkiksi paneutua tarkemmin siihen, miksi ihmiset kokevat tietyt asiat pelottavina, odotuksen arvoisina, myönteisinä tai kielteisinä. Toisaalta, kuten totesin, haastattelut olisivat aikaa vievämpiä ja tällaisen ihmismäärän haastattelemineen tuskin edes olisi mahdollista. Tietenkin haastateltavia voisi silloin olla vähemmän ja kohdejoukko rajatumpi, jolloin aiheeseen saataisiin jälleen uutta näkökulmaa. Tutkielmaa tehdessä sivusin myös eläköitymisprosessiin johtavia syitä, jotka olisivat mielenkiintoisia tutkia laadullisen tutkimuksen keinoin. Olisi mielenkiintoista esimerkiksi kuulla ihmisten omia kokemuksia ja ajatuksia siitä, mikä eläköitymisprosessin alkupuolella vaikuttavat eläköitymiseen.



## Lähteet

Ahonen, Kati, Palomäki, Liisa-Maria & Polvinen, Anu (2018) Eläkeläisten toimeentulokokemukset vuonna 2017. (Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 2018:3). Helsinki: Eläketurvakeskus.

Allardt, Erik (1976) Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Allardt, Erik (1986) Elämäntapa, harkinta ja muoti ihmisten valintojen perustana. Teoksessa Heikkinen, Kalle (toim.) (1986) Kymmenen esseetä elämäntavasta. Helsinki: Oy Yleisradio Ab. s. 1–34.

Allardt, Erik (1993) Having, Loving, Being: An Alternative to the Swedish Model of Welfare Research. Teoksessa Nussbaum, Martha & Sen, Amartya (1993) The Quality of Life. Oxford: Oxford University Press. s. 88–94.

Ammattiluokitus 2001 (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 17.10.2018. Haettu osoitteesta <http://www.stat.fi/meta/luokitukset/ammatti/001-2001/index.html>.

Ammattiluokitus 2010 (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 17.10.2018. Haettu osoitteesta <https://www.tilastokeskus.fi/meta/luokitukset/ammatti/001-2010/index.html>.

Atchley, Robert C. (1976) The sociology of retirement. Cambridge: Schenkman Publishing Company, Inc.

Atchley, Robert C. (1999) Continuity Theory, Self, and Social Structure. Teoksessa Ryff, Carole D. & Marshall, Victor W. Springer (1999) The Self and Society in aging Processes. New York: Springer Publishing Company. s. 94–121.

Beehr, Terry A. & Adams, Gary A. (2003) Introduction and Overview of Current Research and Thinking on Retirement. Teoksessa Adams, Gary A. & Beehr, Terry A. (2003) Retirement: Reasons, Processes, and Results. New York: Springer Publishing Company. s. 1–5.

Beehr, Terry A. & Bowling Nathan A. (2012) Variations on a Retirement Theme: Conceptual and Operational Definitions of Retirement. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) The Oxford Handbook of Retirement. New York: Oxford University Press. s. 42–56.

von Bonsdorff, Monika E. & Ilmarinen, Juhani (2012) Continuity Theory and Retirement. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) The Oxford Handbook of Retirement. New York: Oxford University Press. s.73–87.

Borodulin, Katja, Jousilahti, Pekka, Mäki-Opas, Tomi, Männistö, Satu, Valkeinen, Heli & Wennman, Heini (2018) Fyysinen aktiivisuus ja istuminen. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 - tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. s. 38–41.

Butrica, Barbara A. & Schaner, Simone G. (2005) The Retirement Project. Perspectives on Productive Aging. Satisfaction and Engagement in Retirement. Washington: The Urban Institute 2, 1–6.

Danielsbacka, Mirkka, Tanskanen, Antti, Hämäläinen, Hans, Pelkonen, Inka, Haavio-Mannila, Elina, Rotkirch, Anna, Karisto, Antti & Roos, J.P. (2013) Sukupolvien vuorovaikutus. Auttaminen ja yhteydenpito suurten ikäluokkien ja heidän lastensa elämässä. (Tutkimuksia 2013:58 D). Helsinki: Väestötutkimuslaitos, Väestöliitto.

Denton, Frank T. & Spencer, Byron G. (2009) What Is Retirement? A Review and Assessment of Alternative Concepts and Measures. Canadian Journal on Aging 28:1, 63–76.

Dorfman, Lorraine T. (2012) Leisure Activities in Retirement. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) The Oxford Handbook of Retirement. New York: Oxford University Press. s. 339–353.

Dufva, Hilka (2012) Eläkkeelle siirtymisen kynnyksellä. Eläkkeelle siirtymisilmiön monitasoinen tarkastelu. (Dissertations in Social Sciences and Business Studies No 35). Kuopio: Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta.

Elder, Glen H., Johnson, Monica K. & Crosnoe, Robert (2003) The emergence and development of life course theory. Teoksessa Mortimer, Jeylan T. & Shanahan, Michael J. (2003) Handbook of the life course. New York: Kluwer Academic / Plenum Publishers. s. 3–19.

Elinajanodote (n.d. a). Findikaattori. Tilastokeskus. Luettu: 15.2.2019. Haettu osoitteesta <https://findikaattori.fi/fi/46>.

Elinajanodote (n.d. b). Tilastokeskus. Luettu 2.2.2019. Haettu osoitteesta

<https://www.stat.fi/org/tilastokeskus/elinajanodote.html>.

Eläketurvakeskus (2018) Tilasto Suomen eläkkeensaajista 2017. (Eläketurvakeskuksen tilastoja 2018:10). Helsinki: Eläketurvakeskus.

Eläketurvan historia (n.d.). Eläketurvakeskus. Luettu 19.11.2018. Haettu osoitteesta

[https://www.etk.fi/wp-content/uploads/kontio\\_el%C3%A4keturvan\\_historia.pdf](https://www.etk.fi/wp-content/uploads/kontio_el%C3%A4keturvan_historia.pdf).

Erola, Jani (2010) Yhteiskuntaluokat, tulot ja lastenmäärä. Teoksessa Erola, Jani (toim.) (2010) Luokaton Suomi? Yhteiskuntaluokat 2000-luvun Suomessa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 89–106.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. (6. painos / 2003). Tampere: Vastapaino.

Gettings, Patricia E. & Anderson, Lindsey B. (2018) Applying a life course perspective to retirement: a literature review and research agenda for communication scholars. *Annals of the International Communication Association* 42:3, 224–241.

Hakanen, Jari (2011) Työn imu. Helsinki: Työterveyslaitos.

Halen, Katri (2019) ”Raha ei ollut se ensisijainen, vaan ihan muut...”. Työssä jatkaminen ja eläkkeelle siirtyminen sopimuksellisuuden kehässä. (Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 2019:109). Helsingin Yliopisto: Valtiotieteellinen tiedekunta, Yhteiskuntapolitiikka.

Hoppania, Hanna-Kaisa, Karsio, Olli, Näre, Lena, Olakivi, Antero, Sointu, Liina, Vaittinen, Tiina & Zechner, Minna (2016) Hoivan arvoiset. Vaiva yhteiskunnan ytimessä. Helsinki: Gaudeamus.

Härkönen, Juho (2010) Sosiaalinen periytyvyys ja sosiaalinen liikkuvuus. Teoksessa Erola, Jani (toim.) (2010) Luokaton Suomi? Yhteiskuntaluokat 2000-luvun Suomessa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 51–66.

Julkaisut (n.d.). Eläketurvakeskus. Luettu 19.1.2019. Haettu osoitteesta

<https://www.etk.fi/julkaisut/>.

Julkunen, Raija (2013) Suuria roskia vai tyytyväisiä miehiä? Eläkkeelle jääminen miehen elämän murroskohtana. Teoksessa Ojala, Hanna & Pietilä, Ilkka (toim.) (2013)

Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press. s. 58–88.

Jyrkämä, Jyri (2013) Kolmas ikä, sukupuoli ja toimijuus. Teoksessa Ojala, Hanna & Pietilä, Ilkka (toim.) (2013) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press. s. 89–116.

Järnfeldt, Noora (2014) Vanhuuseläkkeelle siirtyneiden työurat. Teoksessa Järnfeldt, Noora, Nivalainen, Satu, Salokangas, Sampsa & Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2014:1). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 33–62.

Järnfeldt, Noora, Nivalainen, Satu, Salokangas, Sampsa & Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2014:1). Helsinki: Eläketurvakeskus.

Kajanoja, Jouko (2016) Sosiaalipolitiikka. Historia, nykytila ja tulevaisuus. Helsinki: Kansan Sivistystyön Liitto KSL ry.

Kannisto, Jari (2019) Eläkkeellesiirtymisikä Suomen työeläkejärjestelmässä. (Eläketurvakeskuksen tilastoja 2019:3) Helsinki: Eläketurvakeskus.

Karisto, Antti (2004) Kolmas ikä – Uusi näkökulma väestön ikääntymiseen. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana. (Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 2004:33, Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5). Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. s. 91–103.

Karisto, Antti & Konttinen, Riikka (2004) Kotiruokaa, kotikatua, kaukomatkailua. Tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä. Helsinki: Palmenia-kustannus.

Karvonen, Sakari (2019) Koetun hyvinvoinnin tila tunnuslukujen valossa. Teoksessa Kestilä, Laura & Karvonen, Sakari (toim.) (2019) Suomalaisten hyvinvointi 2018. Helsinki. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. s. 96–100.

Kauppinen, Timo, Hanhela, Rauno, Kandolin, Irja, Karjalainen, Antti, Kasvio, Antti, Perkiö-Mäkelä, Merja, Priha, Eero, Toikkanen, Jouni & Viluksela, Marja (toim.) (2010) Työ ja terveys Suomessa 2009. Helsinki: Työterveyslaitos.

Kesämökit 2018 (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 17.5.2019. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/til/rakke/2018/rakke\\_2018\\_2019-05-21\\_kat\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/rakke/2018/rakke_2018_2019-05-21_kat_001_fi.html).

Kiljunen, Kimmo (2015) Eläkeläisten taitettu itsetunto: seniorikansalaisena nyky-Suomessa. Helsinki: Minerva.

Kivelä, Sirkka-Liisa (2012) Hyviä vuosia. Arvokas ja turvallinen ikääntyminen. Helsinki: Kirjapaja.

Koskinen, Seppo, Aalto, Annamari, Luoma, Minna-Liisa & Saarni, Samuli (2018) Elämänlaatu. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 24–26.

Koskinen, Seppo, Manderbacka, Kristiina & Koponen, Päivikki (2018) Koettu terveys ja pitkäaikaissairastavuus. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 50–52.

Kristensen, Tage S., Borg Vilhelm & Hannerz, Harald (2002) Socioeconomic status and psychosocial work environment: results from a Danish national study. Scand J Public Health 30:59, 41–48.

Kunta-alan ammatit (2018). Kuntatyönantajat. Luettu 8.3.2019. Haettu osoitteesta <https://www.kt.fi/tilastot-ja-julkaisut/henkilostotilastot/ammait>.

Käsitteet: Sosioekonominen asema (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 10.10.2018. Haettu osoitteesta [https://www.tilastokeskus.fi/meta/kas/sosioekon\\_asema.html#tab2](https://www.tilastokeskus.fi/meta/kas/sosioekon_asema.html#tab2).

Lahelma, Eero, Rahkonen, Ossi, Koskinen, Seppo, Martelin, Tuija & Palosuo, Hannele (2007) Sosioekonomisten terveyserojen syyt ja selitysmallit. Teoksessa Palosuo, Hannele, Koskinen, Seppo, Lahelma, Eero, Prättälä, Ritva, Martelin, Tuija, Ostamo, Aini, Keskimäki, Ilmo,... Linnanmäki, Eila (toim.) (2007) Terveystieteiden eriarvoisuus Suomessa. Sosioekonomisten terveyserojen muutokset 1980-2005. (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:23). Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. s. 25–41.

Lammi-Taskula, Johanna & Salmi, Minna (2014) Lapsiperheiden hyvinvointi. Teoksessa Vaarama, Marja, Karvonen, Sakari, Kestilä, Laura, Moisio, Pasi & Muuri,

- Anu (toim.) (2014) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 144–159.
- Laslett, Peter (1989) *A Fresh Map of Life. The Emergence of the Third Age.* Cambridge: Harvard University Press.
- Lehto, Anna-Maija, Sutela, Hanna & Pärnänen, Anna (2015) Työn henkinen ja ruumiillinen rasittavuus. STM:n tilaama selvitys Tilastokeskukselta. (Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2015:33). Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Leskinen, Tuija, Pulakka, Anna, Heinonen, Olli J., Pentti, Jaana, Kivimäki, Mika, Vahtera, Jussi & Stenholm, Sari (2018) Changes in non-occupational sedentary behaviours across the retirement transition: the Finnish Retirement and Aging (FIREA) study. *J Epidemiol Community Health* 72:8, 695–701.
- Leskinen, Hannele & Soronen, Hannu (2006) Sosiaaliset distinktiot – Bourdieun makuteoria. Luettu: 13.1.2019. Haettu osoitteesta [http://www.cs.tut.fi/~ihtesem/s2006/teoriat/esitykset/Raportti\\_Leskinen\\_Soronen\\_141106.pdf](http://www.cs.tut.fi/~ihtesem/s2006/teoriat/esitykset/Raportti_Leskinen_Soronen_141106.pdf).
- Liitetaulukko 1a. Vuonna 2015 18-74 -vuotiaiden palkansaajien ammattirakenne (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 19.10.2018. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/til/tyokay/2015/04/tyokay\\_2015\\_04\\_2017-10-20\\_tau\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/tyokay/2015/04/tyokay_2015_04_2017-10-20_tau_001_fi.html).
- Luokituksen kuvaus (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 16.12.2018. Haettu osoitteesta <https://www.tilastokeskus.fi/meta/luokitukset/ammatti/001-2010/kuvaus.html>.
- Manderbacka, Kristiina, Häkkinen, Unto, Nguyen, Lien, Pirkola, Sami, Ostamo, Aini & Keskimäki, Ilmo (2007) terveystoimet. Teoksessa Palosuo, Hannele, Koskinen, Seppo, Lahelma, Eero, Prättälä, Ritva, Martelin, Tuija, Ostamo, Aini, Keskimäki, Ilmo,... Linnanmäki, Eila (toim.) (2007) *Terveiden eriarvoisuus Suomessa. Sosioekonomisten terveyserojen muutokset 1980-2005.* (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:23). Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. s. 179–196.
- Martelin, Tuija, Nieminen, Tarja, Sainio, Päivi, Koskinen, Seppo & Tiikkainen, Pirjo (2018) Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) *Terveys,*

toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveystieteen ja hyvinvoinnin laitos. s. 123–128.

McGarrigle, Christine A., Timonen, Virpi & Layte, Richard (2018) Choice and Constraint in the Negotiation of the Grandparent Role: A Mixed-Methods Study. *Gerontology & Geriatric Medicine* 4, 1–12.

Moisio, Pasi & Rämö, Tuomas (2007) Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. *Yhteiskuntapolitiikka* 72:4, 392–401.

Naumanen, Päivi & Silvennoinen, Heikki (2010) Kulutus, yhteiskuntaluokat ja eriarvoisuus. Teoksessa Erola, Jani (toim.) (2010) Luokaton Suomi? Yhteiskuntaluokat 2000-luvun Suomessa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 67–88.

Niemelä, Mikko (2008) Ikääntyvän väestön kulutustapojen muutokset vuosina 1966–2001. Teoksessa Tuominen, Eila (toim.) (2008) Näkökulmia Eläkeläisten hyvinvointiin – toimeentulosta kulutukseen ja ajankäyttöön. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2008:4). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 31–64.

Nivalainen, Satu (2013) Työstä vanhuuseläkkeelle siirtyminen ja sen taustatekijät 2000-luvulla: rekisteripohjainen tarkastelu. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2013:2). Helsinki: Eläketurvakeskus.

Nivalainen, Satu (2014) Kuka jatkaa työssä 63-ikävuoden jälkeen? Teoksessa Järnfeldt, Noora, Nivalainen, Satu, Salokangas, Sampsa & Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2014:1). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 83–102.

Nussbaum, Martha & Sen, Amartya (1993) *The Quality of Life*. Oxford: Oxford University Press.

Oinas, Tomi, Anttila, Timo & Nätti, Jouko (2010) Yhteiskuntaluokat ja ajankäyttö Suomessa. Teoksessa Erola, Jani (toim.) (2010) Luokaton Suomi? Yhteiskuntaluokat 2000-luvun Suomessa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 107–128.

Ojala, Hanna & Pietilä, Ilkka (toim.) (2013) Miehistä puhetta. Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit. Tampere: Tampere University Press.

Palomäki, Liisa-Maria & Tuominen, Eila (2010) Työssä käyvät eläkeläiset – erot muihin työssä käyviin ja eläkkeellä oleviin. (Eläketurvakeskuksen keskustelualoitteita 2010:4). Helsinki: Eläketurvakeskus.

Partonen, Timo, Lundqvist, Annamari, Wennman, Heini & Borodulin, Katja (2018) Uni. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 42–44.

Pietilä, Ilkka, Calasanti, Toni, Ojala, Hanna & King, Neal (2017) Is Retirement a Crisis for Men? Class and Adjustment to Retirement. Sage. Luettu 16.6.2019. Haettu osoitteesta: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1097184X17724189>.

Prättälä, Ritva (2007), Terveyskäyttäytyminen. Teoksessa Palosuo, Hannele, Koskinen, Seppo, Lahelma, Eero, Prättälä, Ritva, Martelin, Tuija, Ostamo, Aini, Keskimäki, Ilmo,... Linnanmäki, Eila (toim.) (2007) Terveiden eriarvoisuus Suomessa. Sosioekonomisten terveyserojen muutokset 1980-2005. (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:23). Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. s. 130–140.

Pynnönen, Katja (2011) Aktiivinen ikääntyminen. Mitä suomalaiset tutkimukset ovat siitä sanoneet. (Cuporen verkkojulkaisuja 6). Luettu 18.4.2019. Haettu osoitteesta <https://www.cupore.fi/images/tiedostot/2011/aktiivinenikaantyminen4.pdf>.

Pääkkönen, Hannu & Hanifi, Riitta (2011) Ajankäytön muutokset 2000-luvulla. Helsinki: Tilastokeskus.

Rahkonen, Juho (2018) Tutkimusraportti. Vapaaehtoistyön tekeminen Suomessa. Taloustutkimus. Luettu 19.2.2019. Haettu osoitteesta [http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2018/05/Vapaaehtoistyo\\_tutkimusraportti-2018.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2018/05/Vapaaehtoistyo_tutkimusraportti-2018.pdf).

Reikhschhoff, Aart-Jan (2018) Retirement trajectories in the Netherlands and Finland. Institutional change, inequalities, de-standardisation and destabilisation. (Eläketurvakeskus tutkimuksia 2018:5) Helsinki: Eläketurvakeskus.

Roos, J.P. (1986) Elämäntapateoriat ja suomalainen elämäntapa. Teoksessa Heikkinen Kalle (toim.) (1986) Kymmenen esseitä elämäntavasta. Helsinki: Oy Yleisradio Ab. s. 35–76.



Saarenheimo, Marja, Pietilä, Minna, Maununaho, Sonja, Tiihonen, Arto & Pohjolainen, Pertti (2014) Ikäpolvien taju. Elämänkulku ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.

Sainio, Päivi, Stenholm, Sari, Valkeinen, Heli, Vaara, Mariitta, Heliövaara, Markku & Koskinen, Seppo (2018) Toiminta- ja työkyky. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 50–52.

Salokangas, Sampsa & Järnfeldt, Noora (2014) Työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyneiden työurat. Teoksessa Järnfeldt, Noora, Nivalainen, Satu, Salokangas, Sampsa & Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2014:1). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 108–112.

Schleutker, Elina (2013) Väestön ikääntyminen ja hyvinvointivaltio. Mitä vaihtoehtoja meillä on?. Yhteiskuntapolitiikka 78:4, 425–436.

Shultz, Kenneth S., & Wang, Mo (2011) Psychological Perspectives on the Changing Nature of Retirement. *American Psychologist* 66:3, 170–179.

Solin, Pia, Partonen, Timo, Suvisaari, Jaana, Tamminen, Nina & Viertiö, Satu. Psykkinen toimintakyky ja positiivinen mielenterveys. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 129–131.

van Solinge, Hanna (2012) Adjustment to Retirement. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) *The Oxford Handbook of Retirement*. New York: Oxford University Press. s. 312–324.

van Solinge, Hanna & Henkens, Kène (2008) Adjustment to and Satisfaction with Retirement: Two of a kind? *Psychology and Aging* 23:2, 422–434.

Sosioekonominen asema 1989 (n.d.) Tilastokeskus. Luettu: 17.10.2018. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/meta/luokitukset/sosioekon\\_asema/001-1989/index.html](https://www.stat.fi/meta/luokitukset/sosioekon_asema/001-1989/index.html).

Sosioekonomisen aseman luokitus työvoimatutkimuksessa (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 13.2.2019. Haettu osoitteesta [http://www.stat.fi/til/tyti/tyti\\_2012-03-09\\_uut\\_001.html](http://www.stat.fi/til/tyti/tyti_2012-03-09_uut_001.html).

Sukupuoli (n.d.). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Luettu 19.11.2018. Haettu osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/sukupuoli>.

Suomalaisten näkemykset kulttuurista 2013. (n.d.) Suomen Kulttuurirahasto & TNS Gallup Oy. Luettu 17.4.2019. Haettu osoitteesta <https://skr.fi/serve/suomalaisten-nakemykset-kulttuurista-tsn-gallup-2013>.

Suomen akatemian tutkimuseettiset ohjeet (2003). Suomen Akatemia. Luettu 3.2.2019. Haettu osoitteesta <https://www.aka.fi/globalassets/awanhat/documents/tiedostot/julkaisut/suomen-akatemian-eettiset-ohjeet-2003.pdf>.

Suvisaari, Jaana, Viertiö, Satu, Solin, Pia & Partonen, Timo (2018). Mielenterveys. Teoksessa Koponen, Päivikki, Borodulin, Katja, Lundqvist, Annamari, Sääksjärvi, Katri & Koskinen, Seppo (toim.) (2018) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. FinTerveys 2017 -tutkimus. (Raportti 2018:4). Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. s. 85–89.

Syse, Astri, Veenstra, Marijke, Furunes, Trude, Mykletun, Reidar J. & Solem, Per Erik (2015) Changes in Health and Health Behaviour Associated with Retirement. *Journal of Aging and Health* 29:1, 99–127.

Szinovacz, Maximiliane E. (2012) A Multilevel Perspective for Retirement Research. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) *The Oxford Handbook of Retirement*. New York: Oxford University Press. s. 152–174.

Tilastokeskus (2012) Suuret ikäluokat eläkeiässä. Tilastokeskus. Luettu 15.4.2019. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/artikkelit/2012/art\\_2012-03-12\\_001.html?s=0](https://www.stat.fi/artikkelit/2012/art_2012-03-12_001.html?s=0).

Tilastokeskus (2014) Eläkkeelle siirryttäessä arjen perusrhythmi säilyy. Tilastokeskus. Luettu 17.04.2019. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/artikkelit/2013/art\\_2013-12-09\\_013.html?s=0](https://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-12-09_013.html?s=0).

Tilastokeskus (2018a) Kuolleet 2017. Tilastokeskus. Luettu 21.11.2018. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/til/kuol/2017/kuol\\_2017\\_2018-04-27\\_fi.pdf](https://www.stat.fi/til/kuol/2017/kuol_2017_2018-04-27_fi.pdf).

Tilastokeskus (2018b) Suomalaisten matkailu 2017. Tilastokeskus. Luettu: 10.4.2019. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/til/smat/2017/smat\\_2017\\_2018-03-29\\_fi.pdf](https://www.stat.fi/til/smat/2017/smat_2017_2018-03-29_fi.pdf).

Tilastokeskus (2019) Työvoimatutkimus. Tilastokeskus. Luettu: 6.3.2019. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/til/tyti/2018/12/tyti\\_2018\\_12\\_2019-01-24\\_fi.pdf](https://www.stat.fi/til/tyti/2018/12/tyti_2018_12_2019-01-24_fi.pdf).

Toikka, Sini, Vuorjoki, Ona, Koskela, Tuomas & Pentala, Oona (2015) Aikuisväestön yksinäisyys ja järjestötoimintaan osallistuminen Suomessa – ATH-tutkimuksen tuloksia. Teoksessa Murto, Jukka, Pentala, Oona, Helakorpi, Satu & Kaikkonen, Risto (toim.) (2015) Yksinäisyys ja osallistuminen, ATH-tutkimuksen tuloksia - Järjestökentän tutkimusohjelma. (Työpapereita 2015:25). Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos. s. 9–14.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2009) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuominen, Eila (2008) Eläkeläisten hyvinvoinnin jäljillä – katsaus viimeaikaiseen tutkimukseen. Teoksessa Tuominen, Eila (toim.) (2008) Näkökulmia Eläkeläisten hyvinvointiin – toimeentulosta kulutukseen ja ajankäyttöön. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2008:4). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 13–30.

Turun Yliopisto (n.d.) Aktiivisesti eläkkeelle. Eläkkeelle siirtyminen, terveys ja hyvinvointi. Finnish Retirement and Aging study (FIREA). Luettu 17.11.2018. Haettu osoitteesta <http://www.utu.fi/fi/yksikot/firea/Sivut/home.aspx>.

Työllisyys ja työttömyys vuonna 2017 (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 1.4.2019. Haettu osoitteesta [https://www.stat.fi/til/tyti/2017/13/tyti\\_2017\\_13\\_2018-04-12\\_kat\\_002\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/tyti/2017/13/tyti_2017_13_2018-04-12_kat_002_fi.html).

Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot eläkejärjestelmässä. Teoksessa Järnfeldt, Noora, Nivalainen, Satu, Salokangas, Sampsa & Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2014:1). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 123–148.

Uusitalo, Hannu & Järnfeldt, Noora (2014) Sosioekonomisten erojen merkitys eläkejärjestelmässä: johdanto ja yhteenveto. Teoksessa Järnfeldt, Noora, Nivalainen, Satu, Salokangas, Sampsa & Uusitalo, Hannu (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2014:1). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 13–32.

Wang, Mo (2007) Profiling retirees in the retirement transition and adjustment process: Examining the longitudinal change patterns of retirees' psychological wellbeing. *Journal of Applied Psychology* 92:2, 455–474.

Wang, Mo (2012) Retirement: An Introduction and Overview of the handbook. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) *The Oxford Handbook of Retirement*. New York: Oxford University Press. s. 3–9.

Wang, Mo & Shultz, Kenneth. S. (2010) Employee Retirement: A Review and Recommendations for Future Investigation. *Journal of Management* 36:1, 172–206.

Wink, Paul & James, Jacquelyn Boone (2012) The Life Course Perspective on Life in the Postretirement Period. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) *The Oxford Handbook of Retirement*. New York: Oxford University Press. s. 59–72.

Väestö (n.d.). Tilastokeskus. Luettu 15.1.2019. Haettu osoitteesta [https://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk\\_vaesto.html](https://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html).

Ylikännö, Minna (2008) Eläkeläisten ajankäyttö ja sen muutokset 1990-luvulla. Teoksessa Tuominen, Eila (toim.) (2008) *Näkökulmia Eläkeläisten hyvinvointiin – toimeentulosta kulutukseen ja ajankäyttöön*. (Eläketurvakeskuksen raportteja 2008:4). Helsinki: Eläketurvakeskus. s. 65–95.

Zickar, Michael J. (2012) The Evolving History of Retirement within the United States. Teoksessa Wang, Mo (toim.) (2012) *The Oxford Handbook of Retirement*. New York: Oxford University Press. s. 10–21.

## Liitteet

Liite 1: Sosioekonomiset ryhmät Suomessa ja käytetyssä aineistossa

Vuonna 2015 18–74-vuotiaiden palkansaajien ammattirakenne <sup>1)</sup>

	Palkansaajia	Naisia	Miehiä	Osuus, % <sup>2)</sup>
<b>Ammattiryhmä (AML 2010)</b>				
0 Sotilaat	7 996	300	7 696	0,4
1 Johtajat (sis. Ylimmät virkamiehet)	61 761	19 358	42 403	3,2
2 Erityisasiantuntijat	420 151	224 400	195 751	21,6
3 Asiantuntijat	382 306	236 808	145 498	19,6
4 Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät	130 975	95 096	35 879	6,7
5 Palvelu- ja myyntityöntekijät	416 571	303 030	113 541	21,4
6 Maanviljelijät, metsätyöntekijät ym.	18 246	7 563	10 683	0,9
7 Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntekijät	191 114	15 453	175 661	9,8
8 Prosessi- ja kuljetustyöntekijät	169 631	32 105	137 526	8,7
9 Muut työntekijät	147 171	87 386	59 785	7,6
<b>Yhteensä</b>	<b>1 945 922</b>	<b>1 021 499</b>	<b>924 423</b>	<b>100</b>
<b>Palkansaajia yhteensä</b>	<b>2 022 548</b>	<b>1 059 742</b>	<b>962 806</b>	
<b>X Tuntematon</b>	<b>76 626</b>	<b>38 243</b>	<b>38 383</b>	

1) Ammattiryhmät ovat Ammattiluokitus 2010:n mukaisia.

2) Ammattiryhmään kuuluvien palkansaajien osuus kaikista palkansaajista pl. tuntemattomat.

Lähde: Liitetaulukko 1a. Vuonna 2015 18–74-vuotiaiden palkansaajien ammattirakenne.

Sosioekonomiset ryhmät aineistossa:

<b>Ammattiryhmä (AML 2010)</b>	<b>Vastaajien lkm</b>	<b>Osuus aineistossa %</b>	<b>Osuus aineistossa %, (pl. tuntematon)</b>
0 Sotilaat	0	0	0
1 Johtajat (sis. Ylimmät virkamiehet)	13	5,12	5,18
2 Erityisasiantuntijat	72	28,35	28,69
3 Asiantuntijat	63	24,8	25,1
4 Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät	20	7,87	7,97
5 Palvelu- ja myyntityöntekijät	61	24,02	24,3
6 Maanviljelijät, metsätyöntekijät ym.	0	0	0
7 Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntekijät	2	0,79	0,8
8 Prosessi- ja kuljetustyöntekijät	4	1,57	1,59
9 Muut työntekijät	16	6,3	6,37
<b>Yhteensä</b>	<b>251</b>	<b>98,82</b>	<b>100</b>
<b>Palkansaajia yhteensä</b>			
<b>X Tuntematon</b>	<b>3</b>	<b>1,18</b>	<b>1,18</b>
<b>Yhteensä</b>	<b>254</b>	<b>100</b>	

Liite 2: Teemat, joista pelot ennen eläköitymistä muodostuvat

Teema	Kuvaus	Esimerkki sisällöstä	Vastaajista:
<b>Talous</b>	Talouteen liittyvät pelot ja huolet; riittääkö eläke, eläkkeen pienuus; miten sillä pärjää, vaikuttaako eläkkeen suuruus muutoksia elämään	”Riittääkö pieni eläkkeeni enää mihinkään?”	33,46 % (N = 85)
<b>Terveys</b>	Terveysteen liittyvät pelot ja huolet; erilaiset sairaudet, sairastuminen, terveyden riittäminen, säilykö nykyinen terveys tai kunto	”Riittääkö terveyttä.” ”Hyvän terveyden menettäminen.”	28,35 % (N = 72)
<b>Ajankäyttö ja aktiivisuus</b>	Ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvät pelot ja seikat: riittääkö aika, onko sitä liikaa, miten aika kuluu, jaksako olla aktiivinen, passivoituuko, myös harrastuksiin liittyvät asiat	”Että passivoituu ja ei jaksaa pitää hyvää elämän rytmiä.” ”Osaanko tehdä itseni jonkinlaisen aikataulun, että toiminnot jakautuvat tasaisesti koko päivälle ja viikolle.” ”Osaanko täyttää kaiken sen ajan.”	20,47 % (N = 52)
<b>Sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyys</b>	Etenkin työkavereiden ja työyhteisön menetys/häviäminen; sosiaalisten kohtaamisten ja kontaktien vähentyminen	”Kun työyhteisö jää, pelkään ihmisten kanssa kanssakäymisen vähentyvän.”	18,11 % (N = 46)
<b>Läheiset ihmissuhteet</b>	Etenkin parisuhteen muuttumiseen ja puolison terveyteen liittyviä pelkoja, mutta myös muihin läheisiin liittyvät pelot	”Mietityttää puolison terveydentila” ”Avopuoliso myös kotona, riittääkö yhteistä tekemistä kun aikaa on...”	6,30 % (N = 16)
<b>Yksinäisyys</b>	Etenkin yksinäisyyteen, myös siihen viittaavat asiat; ulkopuolisuus, eristyneisyys	”Yksinäisyys voi lisääntyä.”	5,51 % (N = 14)
<b>Merkityksellisyys</b>	Etenkin tarpeettomuuteen liittyvä pelko. Myös arvottomuuteen ja merkityksellisyyteen liittyvät tunteet ja kokemukset. Tyhjyyden tunne.	”Että ei tunne itseään tarpeelliseksi.”	4,72 % (N = 12)
<b>Turhautuminen</b>	Turhautumiseen ja tylsistymiseen liittyvät pelot	”Tylsistyminen.”	2,76 % (N = 7)
<b>Ei pelkoja</b>	Vastaaja ei koe lainkaan eläköitymiseen liittyviä pelkoja	Suora maininta asiasta, tyhjät vastaukset ja viivalla merkityt vastaukset	24,80 % (N = 63)

Liite 3: Teemat, joista eläköitymisen jälkeiset kielteiset asiat muodostuvat

Teema	Kuvaus	Esimerkki sisällöstä	Vastaajista:
<b>Talous</b>	Talouden heikkenemiseen, rahavaikeuksiin, eläkkeen pienuuteen tai eläkkeen verotukseen liittyviä seikkoja	"Vähemmän rahaa käyttöön." "Ansiotulon pienennys! Saa miettiä toisinaan miten rahaa riittää kun haluaisi esim. matkustella nyt kun on aikaa!"	39,76 (N = 101)
<b>Sosiaaliset suhteet, yhteisöllisyys</b>	Työkavereita ja työyhteisöä ikävä, työyhteisön tuoman yhteisöllisyyden/kuuluvuuden tunteen kaipuu, sosiaalisten suhteiden/kontaktien häviäminen	"Työkavereita kaipaa ja asiakkaitakin välillä." "Työyhteisön päivittäinen poistuminen elämästä."	29,92 % (N = 76)
<b>Ajankäyttö ja aktiivisuus</b>	Ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvät asiat; toimettomuus, saamattomuus, passivoituminen, päivien rutiinittomuus, mielekkään tekemisen puute, läheisten vaikutus omaan ajankäyttöön	"Liikkuminen jäänyt vähemmälle." "Uusien harrastusten löytämättä jääminen. Itsekurin höltyminen esim. kirjoitus harrastukseen."	14,17 % (N = 36)
<b>Sopeutuminen</b>	Eläköitymiseen sopeutuminen ja uuteen opetteleminen	"Eläkeläiseksi en tullut yhdessä yössä vaati työstämistä tämäkin 39 vuotta työelämässä."	6,30 % (N = 16)
<b>Läheiset ihmissuhteet</b>	Parisuhteeseen ja läheisiin liittyvät seikat	"puolison kanssa välillä "liikaa yhdessä." "Kotiväen odotukset eläkkeellä olijalta."	5,51 % (N = 14)
<b>Terveys</b>	Terveysteen liittyvät havainnot, jaksaminen, toive terveydestä	"Terveys joskus huolettaa kun ikää tulee lisää." "Omat sairaudet rajoittavat unelmien toteuttamista."	4,33 % (N = 11)
Työterveyshuollon menetys	Kaivataan työterveyshuollon palveluita, jotka koettiin hyväksi	"Työterveyshuolto ei enää käytettävissä."	3,15 % (N = 8)
<b>Merkityksellisyys</b>	Tarpeettomuuteen, arvottomuuteen liittyvät tunteet	"Tietynlainen tarpeettomuuden tunne." " "Arvottomuuden tunne."	2,76 % (N = 7)
<b>Yksinäisyys</b>	Yksinäisyyden kokemukseen liittyvät	"Yksinäisyyden tunne lisääntynyt"	1,97 % (N = 5)
<b>Ei kielteistä</b>	Ei lainkaan havaittuja negatiivisia asioita	"Ei mitään kielteistä."	26,77 % (N = 68)

Liite 4: Teemat, joista odotukset ennen eläköitymistä muodostuvat

Teema	Kuvaus	Esimerkki sisällöstä	Vastaajista:
<b>Muu ajankäyttö ja aktiivisuus</b>	Muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvät asiat, joita ei sijoitettavissa muiden teemojen alle (abstraktimmat kuvaukset ja ilmaukset)	"Voin tehdä rauhassa asioita, joihin ei ennen ollut aikaa." "Saa tehdä sitä mistä pitää." "Voi vaikuttaa aikatauluihin."	56,69 % (N = 144)
<b>Matkustelu ja mökkeily</b>	Aikaa, mahdollisuuksia ja jaksamista matkustaa ja mökkeillä	"Pitkät talvilomat lämpimässä jopa 2-3kk, kesät mökillä järvenrannalla."	32,68 % (N = 83)
<b>Läheiset &amp; sosiaaliset suhteet</b>	Läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin ja kanssakäymisiin liittyviä odotuksia; aikaa ystäville, puolisolle, läheisille, sukulaisille ja erilaisille tapahtumille	"Ystävien tapaamiseen on aikaa enemmän." "On aikaa enemmän aviomiehelle ja yhteiseen tekemiseen."	31,10 % (N = 79)
<b>Lapset ja lapsenlapset</b>	Aikaa ja apua lapsille ja etenkin lapsenlapsille	"Mahdollisuus olla lastenlasten kanssa."	24,41 % (N = 62)
<b>Harrastukset yleensä</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia harrastamiseen	"Jää enemmän aikaa harrastuksiin."	23,62 % (N = 60)
<b>Terveys</b>	Terveysteen liittyvät odotukset; psyykinen ja fyysinen terveys ja hyvinvointi, itsensä hoitaminen	"Minulla on aikaa hoitaa itseäni." "Henkisen kuormituksen helpottuminen. Pääsen eroon paikallaan istumisesta."	22,83 % (N = 58)
<b>Liikunta ja ulkoilu</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia liikunnalle ja ulkoilulle	"Saa ulkoilla tarpeeksi."	22,83 % (N = 58)
<b>Uni ja lepo</b>	Nukkumiseen, uneen, lepoon ja heräämiseen liittyvät odotukset	"Riittävät unet mahdollisia."	11,81 % (N = 30)
<b>Koti ja puutarha</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia kodin ja puutarhan hoitoon, kotona olemiseen, kodin viihtyvyyteen panostamisen	"puuhailua kasvihuoneen ja pihan kanssa." "Voi tehdä kotityöt ym. Kiireettömästi."	10,63 % (N = 27)
<b>Lukeminen, käsityöt, tv, yms...</b>	Aikaa lukemiselle, käsitöille, tv:n katselulle, leipomiselle ja ruuanlaitolle	"Voin tehdä käsitöitä."	7,09 % (N = 18)
<b>Työnteke ja vapaaehtoistyö</b>	Työnteon jatkaminen, vapaaehtoistyön aloittaminen ja jatkaminen	"Mahdollisuus vapaaehtoistyöhön. Mahdollisuus auttaa."	6,69 % (N = 17)
<b>Kulttuuri-harrastukset</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia kulttuuriharrastuksille; museot, elokuvat, konsertit...	"Kulttuuritarjonnan hyödyntämistä."	5,51 % (N = 14)
<b>Opiskelu &amp; itsensä kehittäminen</b>	Opiskelu; kansalaisopisto, kurssit, muu itsensä kehittäminen ja uuden oppiminen	"Aion opiskella esim. uuden kielen."	3,94 % (N = 10)
<b>Ei odotuksia</b>			1,97 % (N = 5)



Liite 5: Teemat, joista eläköitymisen jälkeiset myönteiset asiat muodostuvat

Teema	Kuvaus	Esimerkki sisällöstä	Vastaajista:
<b>Muu ajankäyttö ja aktiivisuus</b>	Muuhun ajankäyttöön ja aktiivisuuteen liittyvät asiat, joita ei sijoitettavissa muiden teemojen alle (abstraktimmat kuvaukset ja ilmaukset)	"Kun saan itse säädellä aikatauluani ja menoani." "On kiireetöntä aikaa. Voi nopealla varoitusbajalla toteuttaa mieleen tulevia ideoita."	75,59 % (N = 192)
<b>Terveys</b>	psyykkinen ja fyysinen terveys ja hyvinvointi, itsensä hoitaminen, jaksaminen	"Stressi on vähentynyt."	25,98 % (N = 66)
<b>Läheiset &amp; sosiaaliset suhteet</b>	Läheisiin ja sosiaalisiin suhteisiin ja kanssakäymisiin liittyvät seikat; aikaa ystäville, puolisolalle, läheisille, sukulaisille ja erilaisille tapahtumille	"Aikaa yhdessä oloon miehen kanssa. Aikaa ja tapaamisia ystävien kanssa."	24,41 % (N = 62)
<b>Uni ja lepo</b>	Nukkumiseen, uneen, lepoon ja heräämiseen liittyvät asiat	"Unen määrä lisääntynyt."	23,23 % (N = 59)
<b>Liikunta ja ulkoilu</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia liikunnalle ja ulkoilulle	"Aikaa ulkoiluun"	21,26 % (N = 54)
<b>Lapset ja lapsenlapset</b>	Enemmän aikaa lapsenlapsille, voi auttaa omia lapsiaan	"aikaa lapsille ja lapsenlapsille."	20,47 % (N = 52)
<b>Harrastukset yleensä</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia harrastamiseen	"Aikaa harrastaa."	18,90 % (N = 48)
<b>Matkustelu ja mökkeily</b>	Aikaa, mahdollisuuksia ja jaksamista matkustaa ja mökkeillä	"Voi matkustaa silloin kun matkat ovat halpoja ja turisteja on vähemmän."	18,50 % (N = 47)
<b>Lukeminen, käsityöt, tv, muu...</b>	Aikaa lukemiselle, käsitöille, tv:n katselulle, leipomiselle ja ruuanlaitolle	"Enemmän aikaa lukea kirjoja, harrastaa käsitöitä,"	10,63 % (N = 27)
<b>Aamut</b>	Aamuihin liittyvät huomiot	"Aamut ovat parasta, lehden lukeminen rauhassa"	9,45 % (N = 24)
<b>Koti ja puutarha</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia kodin ja puutarhan hoitoon, kotona olemiseen, kodin viihtyvyyteen panostamisen	"Aikaa olla vaan kotona, järjestellä kotia ja pihaa kuntoon."	7,09 % (N = 18)
<b>Kulttuuriharrastukset</b>	Aikaa ja mahdollisuuksia kulttuuriharrastuksille; museot, elokuvat, konsertit...	"(enemmän aikaa...) käydä elokuvissa, konserteissa..."	4,33 % (N = 11)
<b>Työnteke ja vapaaehtoistyö</b>	Työnteon jatkaminen, vapaaehtoistyön aloittaminen ja jatkaminen	"keikkatöitä voi ottaa vastaan kun se itselle parhaiten sopii."	2,76 % (N = 7)
<b>Opiskelu &amp; itsensä kehittäminen</b>	kansalaisopisto, kurssit, muu itsensä kehittäminen ja uuden oppiminen, ei tarvitse oppia uutta	"(on aikaa...) ja opiskella kansalaisopistossa." "Ei tarvitse opetella koko ajan uutta nopeatahtisessa työssä."	2,36 % (N = 6)
<b>Ei myönteistä</b>			1,18 % (N = 3)

Liite 6: Pelkojen ja kielteisten asioiden, sekä odotusten ja myönteisten asioiden prosentuaalisten muutosten vertailua

<b>Pelot ennen eläköitymistä:</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>Kielteiset asiat eläköitymisen jälkeen:</b>	<b>%</b>	<b>N</b>
Talous	33,46 %	85	Talous	39,76 %	101
Terveys	28,35 %	72	Sosiaaliset suht. & yhteis.	29,92 %	76
Ajankäyttö & aktiivisuus	20,47 %	52	Ajankäyttö & aktiivisuus	14,17 %	36
Sosiaaliset suhteet & yhteis.	18,11 %	46	Sopeutuminen	6,30 %	16
Läheiset ihmissuhteet	6,30 %	16	Läheiset ihmissuhteet	5,51 %	14
Yksinäisyys	5,51 %	14	Terveys	4,33 %	11
Merkityksellisyys	4,72 %	12	Työterveyshuollon menetys	3,15 %	8
Turhautuminen	2,76 %	7	Merkityksellisyys	2,76 %	7
Ei pelkoja	24,80 %	63	Yksinäisyys	1,97 %	5
			Ei kielteistä	26,77 %	68

<b>Odotukset ennen eläköitymistä:</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>Myönteiset asiat eläköitymisen jälkeen:</b>	<b>%</b>	<b>N</b>
Muu ajankäyttö & aktiivisuus	56,69 %	144	Muu ajankäyttö & aktiivisuus	75,59 %	192
Matkustelu & mökkeily	32,68 %	83	Terveys	25,98 %	66
Läheiset & sosiaaliset suhteet	31,10 %	79	Läheiset & sosiaaliset suhteet	24,41 %	62
Lapset & lapsenlapset	24,41 %	62	Uni & lepo	23,23 %	59
Harrastukset yleensä	23,62 %	60	Liikunta & ulkoilu	21,26 %	54
Terveys	22,83 %	58	Lapset & lapsenlapset	20,47 %	52
Liikunta & ulkoilu	22,83 %	58	Harrastukset yleensä	18,90 %	48
Uni & lepo	11,81 %	30	Matkustelu & mökkeily	18,50 %	47
Koti & puutarha	10,63 %	27	Lukeminen, käsityöt, tv, yms...	10,63 %	27
Lukeminen, käsityöt, tv, yms...	7,09 %	18	Aamut	9,45 %	24
Työnteko & vapaaehtoistyö	6,69 %	17	Koti & puutarha	7,09 %	18
Kulttuuriharrastukset	5,51 %	14	Kulttuuriharrastukset	4,33 %	11
Opiskelu & itsensä kehittäminen	3,94 %	10	Työnteko & vapaaehtoistyö	2,76 %	7
Ei odotuksia	1,97 %	5	Opiskelu & itsensä kehittäminen	2,36 %	6
			Ei myönteistä	0,79 %	3

Liite 7: Sukupuolittain teemat, joista pelot koostuvat

Sukupuoli / pelkoteemat:	Talous	Terveys	Ajankäyt- tö & akt- iivisuus	Sosial. suht. & yhteis.	Läheiset ihmissuh- teet	Yksinäi- syys	Merkityk- sellisyys	Turhau- tuminen	Ei pelkoja
Kaikki (N=254)	33,46 % (N=85)	28,35 % (N=72)	20,47 % (N=52)	18,11 % (N=46)	6,30 % (N=16)	5,51 % (N=14)	4,72 % (N=12)	2,76 % (N=7)	24,80 % (N=63)
Miehistä (N=36)	34,29 % (N=12)	20,00 % (N=7)	17,14 % (N=6)	22,86 % (N=8)	0,00 % (N=0)	0,00 % (N=0)	0,00 % (N=0)	2,86 % (N=1)	25,71 % (N=9)
Miesten vastausten osuus	14,12 %	9,72 %	11,54 %	17,39 %	0,00 %	0,00 %	0,00 %	14,29 %	14,29 %
Naisista (N=218)	33,33 % (N=73)	29,68 % (N=65)	21,00 % (N=46)	17,35 % (N=38)	7,31 % (N=16)	6,39 % (N=14)	5,48 % (N=12)	2,74 % (N=6)	24,66 % (N=54)
Naisten vastausten osuus	85,88 %	90,28 %	88,46 %	82,61 %	100,00 %	100,00 %	100,00 %	85,71 %	85,71 %

Liite 8: Sukupuolittain teemat, joista eläköitymisen jälkeiset kielteiseksi koetut asiat koostuvat

Sukupuoli/kielteiset teemat:	Talous	Sosiaal. suht. & yhteis.	Ajankäyt- tö & ak- tiivisuus	Sopeu- tuminen	Läheiset ihmissuh- teet	Terveys	Työturv. menetyk-	Merkityk- sellisyys	Yksinäi- syys	Ei kielt.
Kaikki (N=254)	39,76 % (N=101)	29,92 % (N=76)	14,17 % (N=36)	6,30 % (N=16)	5,51 % (N=14)	4,33 % (N=11)	3,15 % (N=8)	2,76 % (N=7)	1,97 % (N=5)	26,77 % (N=68)
Miehistä (N=36)	31,43 % (N=11)	42,86 % (N=15)	8,57 % (N=3)	2,86 % (N=1)	0,00 % (N=0)	5,71 % (N=2)	5,71 % (N=2)	0,00 % (N=0)	0,00 % (N=0)	22,86 % (N=8)
Miesten vastausten osuus kaikista teeman vastauksista	10,89 %	19,74 %	8,33 %	6,25 %	0,00 %	18,18 %	25,00 %	0,00 %	0,00 %	11,76 %
Naisista (N=218)	41,10 % (N=90)	27,85 % (N=61)	15,07 % (N=33)	6,85 % (N=15)	6,39 % (N=14)	4,11 % (N=9)	2,74 % (N=6)	3,20 % (N=7)	2,28 % (N=5)	27,40 % (N=60)
Naisten vastausten osuus kaikista teeman vastauksista	89,11 %	80,26 %	91,67 %	93,75 %	100,00 %	81,82 %	75,00 %	100,00 %	100,00 %	88,24 %

Liite 9: Sukupuolittain teemat, joista odotukset koostuvat

Sukupuoli/odotus- teemat:	Muu ajan- käyttö & aktiivisuus	Matkus- telu & mökkeily	Lähesiet, sosiaal. suht.	Lapset, lapsen- lapset	Harras- tukset yleensä	Terveys ulkoilu	Liikunta, Uni & Lepo	Koti & puutarha	Lukeminen, käsityöt, tv, vapaaeht. työ.	Työnteko, vapaaeht. työ.	Opiskelu, itsensä kehitt.	Ei odo- tuksia
Kaikki (N=254)	56,69 % (N=144)	32,68 % (N=83)	31,10 % (N=79)	24,41 % (N=62)	23,62 % (N=60)	22,83 % (N=58)	22,83 % (N=58)	11,81 % (N=30)	7,09 % (N=18)	6,69 % (N=17)	5,51 % (N=14)	1,97 % (N=5)
<b>Miehistä</b> (N=36)	54,29 % (N=19)	31,43 % (N=11)	14,29 % (N=5)	8,57 % (N=3)	20,00 % (N=7)	14,29 % (N=5)	8,57 % (N=3)	8,57 % (N=3)	2,86 % (N=1)	5,71 % (N=2)	0,00 % (N=0)	11,43 % (N=4)
Miesten vastausten osuus kaikista teeman vastauksista	13,19 %	13,25 %	6,33 %	4,84 %	11,67 %	8,62 %	10,34 %	10,00 %	5,56 %	11,76 %	14,29 %	80,00 %
<b>Naisista</b> (N=218)	57,08 % (N=125)	32,88 % (N=72)	33,79 % (N=74)	26,94 % (N=59)	24,20 % (N=53)	24,20 % (N=53)	23,74 % (N=52)	12,33 % (N=27)	7,76 % (N=17)	6,85 % (N=15)	5,48 % (N=12)	0,46 % (N=1)
Naisten vastausten osuus kaikista teeman vastauksista	86,81 %	86,75 %	93,67 %	95,16 %	88,33 %	91,38 %	89,66 %	90,00 %	94,44 %	88,24 %	85,71 %	20,00 %

Liite 10: Sukupuolittain teemat, joista eläköitymisen jälkeiset myönteiseksi koetut asiat koostuvat

Sukupuoli/myön- teiset teemat:	Muu ajan- käyttö & aktiivis.	Terveys suht.	Lähesiet, sosiaal.	Uni & Lepo	Liikunta, ulkoilu	Lapset, lapsen- lapset	Harras- tukset yleensä	Matkus- telu & mökkeily	Lukeminen, käsityöt, tv,	Aamut	Koti & puutarha	Kulttuuri työ.	Työnteko, vapaaeht. työ.	Opiskelu, itsensä kehitt.	Ei myön- teistä
Kaikki (N=254)	75,59 % (N=192)	25,98 % (N=66)	24,41 % (N=62)	23,23 % (N=59)	21,26 % (N=54)	20,47 % (N=52)	18,90 % (N=48)	18,50 % (N=47)	10,63 % (N=27)	9,45 % (N=24)	7,09 % (N=18)	4,33 % (N=11)	2,76 % (N=7)	2,36 % (N=6)	0,79 % (N=3)
Miehistä (N=36)	91,43 % (N=32)	14,29 % (N=5)	2,86 % (N=1)	17,14 % (N=6)	20,00 % (N=7)	2,86 % (N=1)	11,43 % (N=4)	11,43 % (N=4)	20,00 % (N=7)	5,71 % (N=2)	2,86 % (N=1)	5,71 % (N=2)	2,86 % (N=1)	0,00 % (N=0)	2,86 % (N=1)
Miesten vastausten osuus kaikista teeman vastauksista	16,67 %	7,58 %	1,61 %	10,17 %	12,96 %	1,92 %	8,33 %	8,51 %	25,93 %	8,33 %	5,56 %	18,18 %	14,29 %	0,00 %	33,33 %
Naisista (N=218)	73,06 % (N=160)	27,85 % (N=61)	27,85 % (N=61)	24,20 % (N=53)	21,46 % (N=47)	23,29 % (N=51)	20,09 % (N=44)	19,63 % (N=43)	9,13 % (N=20)	10,05 % (N=22)	7,76 % (N=17)	4,11 % (N=9)	2,74 % (N=6)	2,74 % (N=6)	0,91 % (N=2)
Naisten vastausten osuus kaikista teeman vastauksista	83,33 %	92,42 %	98,39 %	89,83 %	87,04 %	98,08 %	91,67 %	91,49 %	74,07 %	91,67 %	94,44 %	81,82 %	85,71 %	100,00 %	66,67 %

Liite 11: Pelkojen ja kielteisten asioiden prosentuaalisten muutosten vertailu sukupuolen mukaan

Vastaajat/teemat:	Talous	Terveys	(muu) Ajankäyttö & akt.	Sos. suht. (yhteis.)	Läheiset ihmissuhteet	Sopeutuminen	Yksinäisyys	Merkityksellisyys	Työterv. menetys	Turhautuminen	Ei pelkoja/kielt.
<b>Kaikista (pelot)</b>	33,46 %	28,35 %	20,47 %	18,11 %	6,30 %	5,51 %	4,72 %			2,76 %	24,80 %
	(N=85)	(N=72)	(N=52)	(N=46)	(N=16)	(N=14)	(N=12)			(N=7)	(N=63)
(kielteiset)	39,76 %	4,33 %	14,17 %	29,92 %	5,51 %	6,30 %	1,97 %	2,76 %	3,15 %		26,77 %
	(N=101)	(N=11)	(N=36)	(N=76)	(N=14)	(N=16)	(N=5)	(N=7)	(N=8)		(N=68)
<b>Miehistä (pelot)</b>	34,29 %	20,00 %	17,14 %	22,86 %	0,00 %	0,00 %	0,00 %			2,86 %	25,71 %
	(N=12)	(N=7)	(N=6)	(N=8)	(N=0)	(N=0)	(N=0)			(N=1)	(N=9)
(kielteiset)	31,43 %	5,71 %	8,57 %	42,86 %	0,00 %	2,86 %	0,00 %	0,00 %	5,71 %		22,86 %
	(N=11)	(N=2)	(N=3)	(N=15)	(N=0)	(N=1)	(N=0)	(N=0)	(N=2)		(N=8)
<b>Naisista (pelot)</b>	33,33 %	29,68 %	21,00 %	17,35 %	7,31 %	6,39 %	5,48 %			2,74 %	24,66 %
	(N=73)	(N=65)	(N=46)	(N=38)	(N=16)	(N=14)	(N=12)			(N=6)	(N=54)
(kielteiset)	41,10 %	4,11 %	15,07 %	27,85 %	6,39 %	6,85 %	2,28 %	3,20 %	2,74 %		27,40 %
	(N=90)	(N=9)	(N=33)	(N=61)	(N=14)	(N=15)	(N=5)	(N=7)	(N=6)		(N=60)

Liite 12: Odotusten ja myönteisten asioiden prosentuaalisten muutosten vertailu sukupuolen mukaan

	Muu a-	Matkus-	Läheiset,	Lapset,	Harras-	Terveys	Liikunta,	Uni &	Koti &	Lukemi-	Aamut	Työnte-	Opiskelu,	Ei odo-
Vastajaajat/teemat:	jankäyt-	telu &	soσιαal.	lapsen-	tukset		ulkoilu	Lepo	puu-	nen, käsi-		ko, vapaa-	itsensä	tuksia/
Kaikista (odotukset)	iivisuus	mökkeily	suht.	lapset	yleensä				tarha	työt, tv...		eht.työ	kehitt.	myönt.
	56,69 % (N=144)	32,68 % (N=83)	31,10 % (N=79)	23,62 % (N=60)	22,83 % (N=58)	22,83 % (N=58)	22,83 % (N=58)	11,81 % (N=30)	10,63 % (N=27)	7,09 % (N=18)		6,69 % (N=17)	3,94 % (N=10)	1,97 % (N=5)
(myönteiset)	75,59 % (N=192)	18,50 % (N=47)	24,41 % (N=62)	20,47 % (N=52)	18,90 % (N=48)	25,98 % (N=66)	21,26 % (N=54)	23,23 % (N=59)	7,09 % (N=18)	10,63 % (N=27)	9,45 % (N=24)	2,76 % (N=7)	2,36 % (N=6)	0,79 % (N=3)
Miehistä (odotukset)	54,29 % (N=19)	31,43 % (N=11)	14,29 % (N=5)	8,57 % (N=3)	20,00 % (N=7)	14,29 % (N=5)	17,14 % (N=6)	8,57 % (N=3)	8,57 % (N=3)	2,86 % (N=1)		5,71 % (N=2)	0,00 % (N=0)	11,43 % (N=4)
(myönteiset)	91,43 % (N=32)	11,43 % (N=4)	2,86 % (N=1)	2,86 % (N=1)	11,43 % (N=4)	14,29 % (N=5)	20,00 % (N=7)	17,14 % (N=6)	2,86 % (N=1)	20,00 % (N=7)	5,71 % (N=2)	2,86 % (N=1)	0,00 % (N=0)	2,86 % (N=1)
Naisista (odotukset)	57,08 % (N=125)	32,88 % (N=72)	33,79 % (N=74)	26,94 % (N=59)	24,20 % (N=53)	24,20 % (N=53)	23,74 % (N=52)	12,33 % (N=27)	10,96 % (N=24)	7,76 % (N=17)		6,85 % (N=15)	4,57 % (N=10)	0,46 % (N=1)
(myönteiset)	73,06 % (N=160)	19,63 % (N=43)	27,85 % (N=61)	23,29 % (N=51)	20,09 % (N=44)	27,85 % (N=61)	21,46 % (N=47)	24,20 % (N=53)	7,76 % (N=17)	9,13 % (N=20)	10,05 % (N=22)	2,74 % (N=6)	2,74 % (N=6)	0,91 % (N=2)

Liite 13: Sosioekonomisen aseman mukaan teemat, joista pelot koostuvat

Sosioekonomiset ryhmät/teemat:	Talous	Terveys	Ajan- käyttö & aktiivis.	Sosiaal. suht. & yhteis.	Läheiset ihmissuh- teet	Yksinäi- syys	Merkityk- sellisyys	Turhau- tuminen	Ei pelkoja
Kaikki (100% / N=254)	33,46 % (N=85)	28,35 % (N=72)	20,47 % (N=52)	18,11 % (N=46)	6,30 % (N=16)	5,51 % (N=14)	4,72 % (N=12)	2,76 % (N=7)	24,80 % (N=63)
Johtajat ja ylimmät virkamiehet (5,12% / N=13)	23,08 % (N=3)	30,77 % (N=4)	23,08 % (N=3)	38,46 % (N=5)				7,69 % (N=1)	15,38 % (N=2)
Erityisasiantuntijat (28,35% / N=72)	26,39 % (N=19)	30,56 % (N=22)	27,78 % (N=20)	23,61 % (N=17)	4,17 % (N=3)	5,56 % (N=4)	4,17 % (N=3)	2,78 % (N=2)	26,39 % (N=19)
Asiantuntijat (24,80% / N=63)	36,51 % (N=23)	26,98 % (N=17)	15,87 % (N=10)	12,70 % (N=8)	12,70 % (N=8)	3,17 % (N=2)	4,76 % (N=3)	1,59 % (N=1)	20,63 % (N=13)
Toimisto- ja asiakaspalvelutyön- tekijät (7,87% / N=20)	40,00 % (N=8)	25,00 % (N=5)	15,00 % (N=3)	20,00 % (N=4)	5,00 % (N=1)	10,00 % (N=2)	5,00 % (N=1)		30,00 % (N=6)
Palvelu-, myynti- ja hoitotyön- tekijät (24,02% / N=61)	40,98 % (N=25)	24,59 % (N=15)	18,03 % (N=11)	14,75 % (N=9)	4,92 % (N=3)	6,56 % (N=4)	8,20 % (N=5)	3,28 % (N=2)	31,15 % (N=19)
Rakennus-, korjaus- ja valmistus- työntekijät (0,79% / N=2)	100% (N=2)								
Prosessi- ja kuljetustyöntekijät (1,57% / N=4)	50% (N=2)	25% (N=1)							25% (N=1)
Muut työntekijät (6,3% / N=16)	18,75 % (N=3)	37,50 % (N=6)	18,75 % (N=3)	12,50 % (N=2)	6,25 % (N=1)	12,50 % (N=2)		6,25 % (N=1)	18,75 % (N=3)
Sosioekonominen asema tuntematon (1,18% / N=3)		66,67% (N=2)	66,67% (N=2)	33,33% (N=1)					

Liite 14: Sosioekonomisen aseman mukaan teemat, joista kielteiset asiat koostuvat

Sosioekonomiset ryhmät/teemat:	Talous	Sosiaal. suht. & yhteis.	Ajan- käyt. & aktiiv.	Sopeu- tuminen	Läheiset ihmissuh- teet	Terveys	Työturv. menetys	Merkityk- sellisyys	Yksinäi- syys	Ei kielt.
Kaikki (100% / N=254)	39,76 % (N=101)	29,92 % (N=76)	14,17 % (N=36)	6,30 % (N=16)	5,51 % (N=14)	4,33 % (N=11)	3,15 % (N=8)	2,76 % (N=7)	1,97 % (N=5)	26,77 % (N=68)
Johtajat ja ylimmät virkamiehet (5,12% / N=13)	30,77 % (N=4)	53,85 % (N=7)	7,69 % (N=1)	7,69 % (N=1)	7,69 % (N=1)		15,38 % (N=2)			7,69 % (N=1)
Erityisasiantuntijat (28,35% / N=72)	31,94 % (N=23)	27,78 % (N=20)	9,72 % (N=7)	6,94 % (N=5)	5,56 % (N=4)	5,56 % (N=4)	1,39 % (N=1)	5,56 % (N=4)		33,33 % (N=24)
Asiantuntijat (24,80% / N=63)	38,10 % (N=24)	38,10 % (N=24)	19,05 % (N=12)	6,35 % (N=4)	11,11 % (N=7)	4,76 % (N=3)	1,59 % (N=1)	3,17 % (N=2)	3,17 % (N=2)	28,57 % (N=18)
Toimisto- ja asiakaspalvelutyön- tekijät (7,87% / N=20)	40,00 % (N=8)	40,00 % (N=8)	20,00 % (N=4)	5,00 % (N=1)					5,00 % (N=1)	25,00 % (N=5)
Palvelu-, myynti- ja hoitotyön- tekijät (24,02% / N=61)	45,90 % (N=28)	19,67 % (N=12)	13,11 % (N=8)	3,28 % (N=2)	3,28 % (N=2)	4,92 % (N=3)	6,56 % (N=4)	1,64 % (N=1)	1,64 % (N=1)	27,87 % (N=17)
Rakennus-, korjaus- ja valmistus- työntekijät (0,79% / N=2)	100% (N=2)									
Prosessi- ja kuljetustyöntekijät (1,57% / N=4)	50% (N=2)									50% (N=2)
Muut työntekijät (6,3% / N=16)	56,25 % (N=9)	31,25 % (N=5)	12,50 % (N=2)	12,50 % (N=2)		6,25 % (N=1)				6,25 % (N=1)
Sosioekonominen asema tuntematon (1,18% / N=3)	3,33% (N=1)		66,67% (N=2)	33,33% (N=1)					33,33% (N=1)	

Liite 15: Sosioekonomisen aseman mukaan teemat, joista odotukset koostuvat

Sosioekonomiset ryhmät/teemat:	Muu ajan- käyttö & aktiivisuus	Matkus- telu & mökkeily	Lähesiet, sosiaal. suht.	Lapset, lapsen- lapset yleensä	Terveys	Liikunta, ulkoilu	Uni & Lepo	Koti & puutarha	Lukemin en, käsi-työt, tv, yms.	Työnte- ko, vapaa- eht.työ	Kulttuuri- kehity	Opiskelu, itsensä kehity	Ei odo- tuksia
<b>Kaikki (100% / N=254)</b>	56,69 % (N=144)	32,68 % (N=83)	31,10 % (N=79)	24,41 % (N=62)	23,62 % (N=60)	22,83 % (N=58)	11,81 % (N=30)	10,63 % (N=27)	7,09 % (N=18)	6,69 % (N=17)	5,51 % (N=14)	3,94 % (N=10)	1,97 % (N=5)
<b>Johtajat ja ylimmät virkamiehet (5,12% / N=13)</b>	61,54 % (N=8)	53,85 % (N=7)	23,08 % (N=3)	38,46 % (N=5)	15,38 % (N=2)	38,46 % (N=5)		15,38 % (N=2)	23,08 % (N=3)		15,38 % (N=2)		
<b>Erityisasiantuntijat (28,35% / N=72)</b>	61,11 % (N=44)	29,17 % (N=21)	31,94 % (N=23)	22,22 % (N=16)	25,00 % (N=18)	18,06 % (N=13)	29,17 % (N=21)	11,11 % (N=8)	5,56 % (N=4)	8,33 % (N=6)	9,72 % (N=7)	6,94 % (N=5)	1,39 % (N=1)
<b>Asiantuntijat (24,80% / N=63)</b>	69,84 % (N=44)	26,98 % (N=17)	31,75 % (N=20)	26,98 % (N=17)	25,40 % (N=16)	17,46 % (N=11)	22,22 % (N=14)	7,94 % (N=5)	9,52 % (N=6)	9,52 % (N=6)	4,76 % (N=3)	4,76 % (N=3)	
<b>Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät (7,87% / N=20)</b>	40,00 % (N=8)	30,00 % (N=6)	45,00 % (N=9)	25,00 % (N=5)	15,00 % (N=3)	15,00 % (N=3)	15,00 % (N=3)	10,00 % (N=2)	10,00 % (N=2)	10,00 % (N=2)		5,00 % (N=1)	5,00 % (N=1)
<b>Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijät (24,02% / N=61)</b>	44,26 % (N=27)	34,43 % (N=21)	27,87 % (N=17)	45,59 % (N=15)	21,31 % (N=13)	37,70 % (N=23)	14,75 % (N=9)	14,75 % (N=9)	3,28 % (N=2)	1,64 % (N=1)	3,28 % (N=2)	1,64 % (N=1)	3,28 % (N=2)
<b>Rakennus-, korjaus- ja valmistus-työntekijät (0,79% / N=2)</b>					50% (N=1)								50% (N=1)
<b>Prosessi- ja kuljetustyöntekijät (1,57% / N=4)</b>	50% (N=2)	50% (N=2)	50% (N=2)		50% (N=2)					25% (N=1)			
<b>Muut työntekijät (6,3% / N=16)</b>	56,25 % (N=9)	43,75 % (N=7)	31,25 % (N=5)	25,00 % (N=4)	25,00 % (N=4)	37,50 % (N=6)	18,75 % (N=3)	6,25 % (N=1)	6,25 % (N=1)				
<b>Sosioekonominen asema tuntematon (1,18% / N=3)</b>	66,67% (N=2)	66,67% (N=2)			33,33 %(N=1)					33,33% (N=1)			



Liite 16: Sosioekonomisen aseman mukaan teemat, joista myönteiset asiat koostuvat

Sosioekonomiset ryhmät/teemat:	Muu ajan- käyttö & aktiivisuus	Lähesiet, sosiaal. suht.	Uni & Lepo	Liikunta, ulkoilu	Lapset, lapsen- lapset	Harras- tukset yleensä	Matkus- telu & mökkeily yms.	Lukeminen, käsityöt, tv	Aamut puutarha	Koti & Kulttuuri	Työnteko, vapaa- vapaa- eht.työ	Opiske- lu, itsen- sä kehittäminen	Ei myön- teistä
<b>Kaikki</b> (100% / N=254)	75,59 % (N=192)	25,98 % (N=66)	24,41 % (N=62)	23,23 % (N=59)	21,26 % (N=54)	20,47 % (N=52)	18,90 % (N=48)	10,63 % (N=27)	9,45 % (N=24)	4,33 % (N=11)	2,76 % (N=7)	2,36 % (N=6)	0,79 % (N=3)
<b>Johtajat ja ylimmät virkamiehet</b> (5,12% / N=13)	92,31 % (N=12)	30,77 % (N=4)	30,77 % (N=4)	23,08 % (N=3)	23,08 % (N=3)	23,08 % (N=3)	23,08 % (N=3)	15,38 % (N=2)	7,69 % (N=1)				
<b>Erityisasiantuntijat</b> (28,35% / N=72)	79,17 % (N=57)	26,39 % (N=19)	22,22 % (N=16)	22,22 % (N=16)	23,61 % (N=17)	13,89 % (N=10)	16,67 % (N=12)	12,50 % (N=9)	13,89 % (N=10)	8,33 % (N=6)	2,78 % (N=2)	4,17 % (N=3)	1,39 % (N=1)
<b>Asiantuntijat</b> (24,80% / N=63)	74,60 % (N=47)	20,63 % (N=13)	22,22 % (N=14)	25,40 % (N=16)	20,63 % (N=13)	25,40 % (N=16)	14,29 % (N=9)	15,87 % (N=10)	11,11 % (N=7)	9,52 % (N=6)	1,59 % (N=1)	1,59 % (N=1)	
<b>Toimisto- ja asiakaspalvelutyöntekijät</b> (7,87% / N=20)	75,00 % (N=15)	25,00 % (N=5)	25,00 % (N=5)	30,00 % (N=6)	15,00 % (N=3)	20,00 % (N=4)	20,00 % (N=4)	10,00 % (N=2)	5,00 % (N=1)	5,00 % (N=1)	5,00 % (N=1)	5,00 % (N=1)	
<b>Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntekijät</b> (24,02% / N=61)	72,13 % (N=44)	34,43 % (N=21)	27,87 % (N=17)	16,39 % (N=10)	19,67 % (N=12)	24,59 % (N=15)	26,23 % (N=16)	14,75 % (N=9)	6,56 % (N=4)	4,92 % (N=3)	4,92 % (N=3)		1,64 % (N=1)
<b>Rakennus-, korjaus- ja valmistus- työntekijät</b> (0,79% / N=2)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)	50% (N=1)
<b>Prosesi- ja kuljetustyöntekijät</b> (1,57% / N=4)	50% (N=2)	25% (N=1)	75% (N=3)	50% (N=2)	50% (N=2)	25% (N=1)	50% (N=2)	25% (N=1)	25% (N=1)				
<b>Muut työntekijät</b> (6,3% / N=16)	81,25 % (N=13)	18,75 % (N=3)	25,00 % (N=4)	18,75 % (N=3)	6,25 % (N=1)	25,00 % (N=4)	12,50 % (N=2)	12,50 % (N=2)	6,25 % (N=1)			6,25 % (N=1)	
<b>Sosioekonominen asema tuntematon</b> (1,18% / N=3)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	66,67% (N=2)	66,67% (N=2)	66,67% (N=2)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	33,33% (N=1)	

Liite 17: Pelkojen ja kielteisten asioiden prosentuaalisten muutosten vertailu sosioekonomisen aseman mukaan

Sosioekonomiset ryhmät/teemat:	Talous	Terveys	Ajankäyttö & aktiivisuus	Sosiaal. suht. & yhteis.	Läheiset ihmisuhteet	Yksinäisyys	Merkityksellisyys	Turhautuminen	Sopeutuminen	Työterveysmenetys	Ei pelk./ Ei Kielt.
Kaikki (pelot)	33,46 %	28,35 %	20,47 %	18,11 %	6,30 %	5,51 %	4,72 %	2,76 %			24,80 %
Kaikki (kielteiset)	39,76 %	4,33 %	14,17 %	29,92 %	5,51 %	1,97 %	2,76 %		6,30 %	3,15 %	26,77 %
Johtajat ja ylimmät virkamiehet (pelot)	23,08 %	30,77 %	23,08 %	38,46 %				7,69 %			15,38 %
Johtajat ja ylimmät virkamiehet (kielt.)	30,77 %		7,69 %	53,85 %	7,69 %				7,69 %	15,38 %	7,69 %
Erityisasiantuntijat (pelot)	26,39 %	30,56 %	27,78 %	23,61 %	4,17 %	5,56 %	4,17 %	2,78 %			26,39 %
Erityisasiantuntijat (kielteiset)	31,94 %	5,56 %	9,72 %	27,78 %	5,56 %		5,56 %		6,94 %	1,39 %	33,33 %
Asiantuntijat (pelot)	36,51 %	26,98 %	15,87 %	12,70 %	12,70 %	3,17 %	4,76 %	1,59 %			20,63 %
Asiantuntijat (kielteiset)	38,10 %	4,76 %	19,05 %	38,10 %	11,11 %	3,17 %	3,17 %		6,35 %	1,59 %	28,57 %
Toimisto- ja asiakaspal.työntek. (pelot)	40,00 %	25,00 %	15,00 %	20,00 %	5,00 %	10,00 %	5,00 %				30,00 %
Toimisto- ja asiakaspal.työntek. (kielt.)	40,00 %		20,00 %	40,00 %		5,00 %			5,00 %		25,00 %
Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntek. (pelot)	40,98 %	24,59 %	18,03 %	14,75 %	4,92 %	6,56 %	8,20 %	3,28 %			31,15 %
Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntek. (kielt.)	45,90 %	4,92 %	13,11 %	19,67 %	3,28 %	1,64 %	1,64 %		3,28 %	6,56 %	27,87 %
Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntek.	100,00 %										
Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntek.	100,00 %										
Prosessi- ja kuljetustyöntekijät	50,00 %	25,00 %									25,00 %
Prosessi- ja kuljetustyöntekijät	50,00 %										50,00 %
Muut työntekijät (pelot)	18,75 %	37,50 %	18,75 %	12,50 %	6,25 %	12,50 %		6,25 %			18,75 %
Muut työntekijät (kielteiset)	56,25 %	6,25 %	12,50 %	31,25 %					12,50 %		6,25 %
Sosioekonominen asema		66,67 %	66,67 %	33,33 %							
Sosioekonominen asema	3,33 %		66,67 %	33,33 %					33,33 %		

Liite 18: odotusten ja myönteisten asioiden prosentuaalisten muutosten vertailu sosioekonomisen aseman mukaan

Sosioekonomiset ryhmät/teemat:	Muu ajan- käyttö & aktiivisuus	Matkus- telu & mökkeily	Lähesiet, sosiaal. suht.	Lapset, lapsen- lapset	Harras- tukset yleensä	Terveys	Likunta, ulkoilu	Uni & Lepo	Koti & puutarha	Lukeminen, käsityöt, tv, kulttuuri yms.	Työnte- eht.työ	Opiskelu, itsensä kehitt.	Aamut	Ei odot. /myön.
Kaikki (odotukset)	56,69 %	32,68 %	31,10 %	24,41 %	23,62 %	22,83 %	22,83 %	11,81 %	10,63 %	7,09 %	6,69 %	3,94 %		1,97 %
Kaikki (myönteiset)	75,59 %	18,50 %	24,41 %	20,47 %	18,90 %	25,98 %	21,26 %	23,23 %	7,09 %	10,63 %	2,76 %	2,36 %	9,45 %	0,79 %
Johtajat ja ylimmät virkamiehet (odot.)	61,54 %	53,85 %	23,08 %	38,46 %	15,38 %	15,38 %	38,46 %		15,38 %	23,08 %		15,38 %		
Johtajat ja ylimmät virkamiehet (myönt.)	92,31 %	46,15 %	30,77 %	23,08 %	23,08 %	30,77 %	23,08 %	23,08 %	7,69 %	15,38 %				
Erityisasiantuntijat (odotukset)	61,11 %	29,17 %	31,94 %	22,22 %	25,00 %	18,06 %	29,17 %	8,33 %	11,11 %	5,56 %	8,33 %	6,94 %		1,39 %
Erityisasiantuntijat (myönteiset)	79,17 %	15,28 %	22,22 %	13,89 %	16,67 %	26,39 %	23,61 %	22,22 %	8,33 %	12,50 %	2,78 %	4,17 %	13,89 %	1,39 %
Asiantuntijat (odotukset)	69,84 %	26,98 %	31,75 %	26,98 %	25,40 %	17,46 %	22,22 %	14,29 %	7,94 %	9,52 %	9,52 %	4,76 %		
Asiantuntijat (myönteiset)	74,60 %	20,63 %	22,22 %	25,40 %	14,29 %	20,63 %	20,63 %	25,40 %	9,52 %	15,87 %	1,59 %	1,59 %	11,11 %	
Toimisto- ja asiakaspal.työntek. (odot.)	40,00 %	30,00 %	45,00 %	25,00 %	15,00 %	15,00 %	15,00 %	15,00 %	10,00 %	10,00 %	10,00 %	5,00 %		5,00 %
Toimisto- ja asiakaspal.työntek. (myönt.)	75,00 %	15,00 %	25,00 %	20,00 %	20,00 %	25,00 %	15,00 %	30,00 %	5,00 %	10,00 %		5,00 %	5,00 %	
Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntek. (odot.)	44,26 %	34,43 %	27,87 %	45,59 %	21,31 %	37,70 %	19,67 %	14,75 %	14,75 %	3,28 %	1,64 %	1,64 %		3,28 %
Palvelu-, myynti- ja hoitotyöntek. (myön.)	72,13 %	14,75 %	27,87 %	24,59 %	26,23 %	34,43 %	19,67 %	16,39 %	4,92 %	1,64 %	4,92 %	3,28 %	6,56 %	1,64 %
Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntek.	50,00 %				50,00 %									50,00 %
Rakennus-, korjaus- ja valmistustyöntek.	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	50,00 %	25,00 %		25,00 %	50,00 %
Prosessi- ja kuljetustyöntekijät	50,00 %	50,00 %	25,00 %	25,00 %	25,00 %		50,00 %	75,00 %		50,00 %				
Prosessi- ja kuljetustyöntekijät	50,00 %	50,00 %	25,00 %	25,00 %	25,00 %		50,00 %	75,00 %		50,00 %				
Muut työntekijät (odotukset)	56,25 %	43,75 %	31,25 %	25,00 %	25,00 %	37,50 %	18,75 %	18,75 %	6,25 %	6,25 %				
Muut työntekijät (myönteiset)	81,25 %	12,50 %	25,00 %	25,00 %	12,50 %	18,75 %	6,25 %	18,75 %	6,25 %			6,25 %		
Sosioekonominen asema tuntematon	66,67 %	66,67 %			33,33 %						33,33 %			
Sosioekonominen asema tuntematon	33,33 %	33,33 %	33,33 %	33,33 %	33,33 %	66,67 %	66,67 %	66,67 %		33,33 %	33,33 %		33,33 %	

**Liitetaulukko 1: Sosioekonomiset ryhmät aineistossa:**

**Ryhmän osuus aineistossa %**

Ryhmään kuuluvien lkm x 100 / 254 = ... %

**Ryhmän osuus aineistossa % (pl. Tuntematon):**

(Ryhmään kuuluvien lkm – 3) x 100 / 254 = ... %

**Liitetaulukot 2-5: Tietyn teeman vastaajien määrä koko aineistosta %:**

Vastaajien lkm kyseisen teeman kohdalla x 100 / 254 = ... %

**Liitetaulukot 7-10: Sukupuolittaiset tarkastelut**

**Kaikkien vastaajien teemakohtaiset osuudet aineistosta %:**

Vastaajien lkm kyseisen teeman kohdalla x 100 / 254 = ... %

**Miehistä tai naisista tietyn teeman asioita kommentoineiden määrä %:**

Kyseisen teeman miesten tai naisten vastausten lkm x 100 / miesten tai naisten lkm = ... %

**Miesten tai naisten vastausten osuus tietyn teeman osalta koko aineistosta %:**

Kyseisen teeman miesten tai vastausten lkm x 100 / kaikkien teeman vastausten lkm = ... %

**Liitetaulukot 13-16: Sosioekonomisen aseman mukaiset tarkastelut**

**Kaikkien vastaajien teemakohtaiset osuudet aineistosta %:**

Vastaajien lkm kyseisen teeman kohdalla x 100 / 254 = ... %

**Tietyn sosioekonomisen ryhmän tietyn teeman asioita kommentoiden määrä kaikista ryhmään kuuluvista %:**

Kyseisen ryhmän teemaan kohdistuvien vastausten lkm x 100 / koko ryhmään kuuluvien lkm = ... %